

SEAN TUCKER

# SINN IN DER KREATIVITÄT FINDEN

Ein biografischer  
Wegweiser



dpunkt.verlag



Sean Tucker ist ein professioneller Fotograf und Filmemacher aus London. Er wuchs größtenteils in Afrika auf, wo er in seinen 20ern als Pastor für die südafrikanische Kirche arbeitete. Auch nach seinem Kirchenaustritt blieb er fasziniert von Psychologie und Spiritualität, die als Themen seine Texte über Kreativität prägen.

Er hat eine große Fangemeinde auf YouTube und Instagram, wo er über das »Warum« hinter unserer Kreativität spricht und versucht, Menschen auf ihrer eigenen kreativen Reise zu inspirieren.

Mehr zu Sean Tuckers Arbeiten finden Sie auf [www.seantucker.photography](http://www.seantucker.photography).

Sean Tucker

# **Sinn in der Kreativität finden**

**Ein biografischer Wegweiser**



**dpunkt.verlag**

Sean Tucker

Lektorat & Übersetzung: Boris Karnikowski

Lektoratsassistentz: Anja Weimer

Copy-Editing: Kerstin Grebenstein, [www.buch-fuer-buch.de](http://www.buch-fuer-buch.de)

Satz & Layout: Birgit Bäuerlein

Herstellung: Stefanie Weidner

Umschlaggestaltung: Helmut Kraus, [www.exclam.de](http://www.exclam.de), nach der Vorlage von

Rocky Nook und unter Verwendung eines Fotos des Autors

Druck und Bindung: mediaprint solutions GmbH, 33100 Paderborn

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der

Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind

im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN:

Print 978-3-86490-885-9

PDF 978-3-96910-652-5

ePub 978-3-96910-653-2

mobi 978-3-96910-654-9

1. Auflage 2022

Translation Copyright für die deutschsprachige Ausgabe © 2022

dpunkt.verlag GmbH

Wieblinger Weg 17 · 69123 Heidelberg

Authorized translation of the English 1st edition of »The Meaning in the Making«

© 2021 by Sean Tucker. This translation is published and sold by permission of Rocky Nook, Inc., the owner of all rights to publish and sell the same.

*Hinweis:* Die Tatsache, dass wir im gesamten Text vorwiegend das männliche Pronomen (er/sein) verwenden, dient der leichteren Lesbarkeit und spiegelt in keiner Weise eine geschlechtsspezifische Einstellung wider.

*Schreiben Sie uns:* Falls Sie Anregungen, Wünsche und Kommentare haben, lassen Sie es uns wissen: [hallo@dpunkt.de](mailto:hallo@dpunkt.de).

Die vorliegende Publikation ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung der Texte und Abbildungen, auch auszugsweise, ist ohne die schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und daher strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

Es wird darauf hingewiesen, dass die im Buch verwendeten Soft- und Hardware-Bezeichnungen sowie Markennamen und Produktbezeichnungen der jeweiligen Firmen im Allgemeinen warenzeichen-, marken- oder patentrechtlichem Schutz unterliegen.

Alle Angaben und Programme in diesem Buch wurden mit größter Sorgfalt kontrolliert. Weder Autor noch Verlag noch Übersetzer können jedoch für Schäden haftbar gemacht werden, die in Zusammenhang mit der Verwendung dieses Buches stehen.

5 4 3 2 1 0

# *Inhalt*

Ordnung .....	1
Logos .....	11
Atem .....	31
Stimme .....	51
Ego .....	73
Kontrolle .....	97
Aufmerksamkeit .....	123
Neid .....	153
Kritik .....	171
Gefühl .....	199
Schatten .....	225
Bedeutung .....	253
Zeit .....	275
Segen .....	299

Am Ende einiger Kapitel in diesem Buch finden Sie am unteren Ende der Seite einen QR-Code. Er sieht in etwa so aus:



Er führt Sie zu einer Webseite, auf der Sie einige der im Kapitel erwähnten Bilder und Videos anschauen können (obiger QR-Code führt zu meiner Website).

Öffnen Sie einfach die Kamera-App Ihres Smartphones, richten Sie den QR-Code wie verlangt im Display aus und folgen Sie dann der Aufforderung, die Webseite auf Ihrem mobilen Gerät zu öffnen. Bei einigen älteren Smartphones müssen Sie eventuell vorab eine spezielle »QR-Code-Reader-App« installieren.

# *Ordnung*

Blaue Stunde. Das letzte Glühen des Tages verblasst schnell.

Mein magerer neunjähriger Körper liegt ausgestreckt auf dem Rücken in einem breiten, sandigen Flussbett. Ich starre hinauf in den tintig-purpurnen Himmel, an dem sich bald die Sterne zeigen werden. Der Sand trägt noch die Wärme des Tages in sich, während über mir eine kühle Brise zu wehen beginnt. Die erdig, würzig riechende Luft ist erfüllt vom Zirpen der Grillen.

In dieser abgelegenen Ecke Afrikas, mitten im botswanischen Buschland, gibt es kein Stadtlicht, das den Sternen den Rang ablaufen könnte, und so beginnen sie, gegen das Schwarz der Nacht zu strahlen.

Zuerst zeigen sich die helleren Sterne, dann auch die schwächeren, und bald sind es unzählig viele in unterschiedlicher Intensität und Farbe, so wie Nadelstiche in einem dunklen Tuch.

Direkt über meinem Kopf sehe ich die Milchstraße, die sich wie ein großes Lichtband über den Himmel zieht, und als sich meine Augen an die Dunkelheit gewöhnt haben, zerfällt sie in eine Million winziger leuchtender Lichtpunkte, und die dunklen Bäume, die den Fluss überragen, wirken wie ein natürlicher schwarzer Rahmen aus spinnenartigen Schatten.

Normalerweise schaue ich nur beiläufig in den Nachthimmel, in einer Art blinder Vertrautheit, und er ist für mich, was er für die meisten Menschen immer schon war: eine riesige Fläche über unseren Köpfen.

Ein Firmament.

Aber nicht in dieser Nacht.

Einige Tage zuvor hatte man uns in der Schule ein Bild unserer Galaxie gezeigt: eine sich drehende Scheibe aus einer Vielzahl von Sternen im unendlichen Weltraum, mit unserem kleinen

Planeten in einem ihrer spiralförmigen Arme. Unsere Lehrerin erklärte uns, dass wir genau das sehen, wenn wir in den Nachthimmel blicken, dass wir die Milchstraße sehen und dass wir von unserer Position aus auf einem ihrer Arme in das rotierende Zentrum dieser kolossalen Scheibe blicken.

Und wie ich nun so daliege und nach oben schaue, fällt mir das plötzlich wieder ein, und mitten in meiner friedvollen kindlichen Betrachtung der Dinge packt mich mit einem Mal eine schreckliche Angst.

Ich habe das Gefühl zu fallen, in die Unendlichkeit zu stürzen.

Ich liege nicht mehr auf dem noch warmen Sand eines trockenen Flussbettes und blicke zum Firmament des Nachthimmels hinauf. Jetzt liege ich an eine sich drehende Felskugel gefesselt und blicke nicht nach oben, sondern nach unten, hinab in die Ebene unserer Galaxie mit ihren Milliarden Sonnen, die mit halsbrecherischer Geschwindigkeit durch den unendlichen Raum wirbelt. Ich habe das Gefühl, dass die Kraft, die mich an Ort und Stelle hält, jeden Moment nachlassen kann, und wenn sie das tut, werde ich fallen und ins endlose Nichts stürzen.

Das macht mir eine Höllenangst, aber ich halte durch.

Es ist auch ausgesprochen aufregend.

Mein Herz klopft in meiner Brust angesichts der Ungeheuerlichkeit des Gedankens, dieser Tatsache.

Denn dieses Nichts hat auch eine Anziehungskraft, es lockt mich.

Es kostet mich viel Mut, aber ich strecke langsam meine Arme und Beine aus und forme einen Stern auf dem Boden, um loszulassen, um mich fallen zu lassen.

Was mir den Mut gab, meine Arme im Angesicht dieser klaffenden Leere auszustrecken, war Ordnung:

Die Ordnung, die das Chaos in Schach hält.

Dieser Moment hat sich in mein Gedächtnis eingebrannt, denn es war meiner Erinnerung nach das erste Mal, dass ich diese beiden Dinge so deutlich gespürt habe: das Chaos und die Ordnung.

Das Chaos des Abgrunds vor mir und die Ordnung, die mich an diesem Felsen festhielt, zuvor und seitdem.

In diesem Moment wurde mir klar, wie mächtig diese Ordnung ist – eben weil sie einem Neunjährigen angesichts einer so großen Wahrheit so viel Mut geben kann. Ich hatte Vertrauen in diese Ordnung und glaubte, dass sie mir Halt geben würde, auch wenn ich ihr ins Gesicht blickte.

Dies war aber auch der Moment, in dem ich aufhörte, naiv der Beständigkeit dieser Ordnung zu vertrauen. Ich stellte sie zum ersten Mal infrage. Ich spielte mit dem Gedanken, dass sich unser Planet langsamer drehen oder dass die Schwerkraft versagen könnte. Ich stellte mir vor, wie sich unsere Sonne in Millionen von Jahren ausdehnen und uns verschlucken würde (noch so ein »Fun Fact«, mit dem die Lehrerin uns Neuntklässler in dieser Woche beschenkt hatte). Es war der Moment, in dem mir klar wurde, dass alles scheitern und das Chaos die Oberhand gewinnen könnte.

Die Dinge könnten sich ändern. Die Dinge werden sich ändern.



Es ist für unsere Zwecke hier nicht wirklich wichtig, wem oder was Sie diese Ordnung zuschreiben. Ob es sich um eine »höhere Macht«, die auf religiösen Strukturen beruht, handelt oder einfach um die unveränderlichen Gesetze der Natur. So oder so, in unseren wachsten und bewusstesten Momenten sind wir so erstaunt wie erschrocken darüber, wie alles um uns herum einfach zu funktionieren scheint – ohne unser Zutun und oft ohne unser Verständnis. Ironischerweise ist es wohl diese Faszination, die sowohl Priester als auch Wissenschaftler in ihre jeweiligen Berufe treibt.

Aber selbst wenn wir versuchen, die Ordnung zu untersuchen und zu erklären, sei es analytisch oder spirituell, wissen wir auch, dass das Chaos da draußen ist, und wir wissen tief in uns, dass es letztendlich siegen wird.

Wenn Sie religiös sind, hängen Sie vielleicht einer Vorstellung von Armageddon, Apokalypse oder Ragnarök an. Bevor es Wissenschaftler gab, waren es die Mystiker, die uns – Millionen von Zuhörern in Hunderten von Kulturen – in unzähligen Geschichten daran erinnerten, dass diese Ordnung nicht von Dauer sein würde. Alles wird sich letztendlich in Richtung Chaos bewegen. Wenn Sie Wissenschaftler sind, glauben Sie an Entropie. Der zweite Hauptsatz der Thermodynamik besagt, dass ein sich selbst überlassenes Universum mit allen Dingen darin mit der Zeit immer mehr in Un-Ordnung geraten wird.

Aber genau das ist der Punkt: Wir Menschen überlassen nichts dem Zufall. Wir kontrollieren, wir beeinflussen, wir verändern, und das alles auf Biegen und Brechen. Und im besten Fall sind wir kreativ.

Und darüber wollen wir hier sprechen.

Über das Gestalten und Formen.

Das Formen und Schmieden.

Das Machen.

Das Kreativsein.



Versuchen wir zunächst, die Fragen zu beantworten: Warum ist der Mensch ein so kreatives Wesen? Warum sind wir gezwungen, etwas zu schaffen?

Meine bescheidene Antwort auf diese ungeheuer umfassende Frage lautet, dass wir kreativ sind, weil wir ständig versuchen, Ordnung aus dem Chaos zu machen.

Ich glaube, wir alle wussten immer schon intuitiv, lange bevor die Wissenschaft uns die Sprache dafür gab, in welche Richtung sich das Universum bewegen würde, und jeder schöpferische Akt unsererseits geschieht trotz und im Angesicht dieser Entropie. Jedes Mal, wenn wir einen Pinsel in die Hand nehmen und komplementäre Farbtöne auswählen, um sie auf die Leinwand aufzutragen, oder wenn wir Bildelemente im Sucher unserer Kamera anordnen, um eine ansprechende Komposition zu schaffen, oder wenn wir unsere Finger in nassen Ton drücken, um einem unförmigen Klumpen eine Form abzurufen, biegen wir die Dinge zurück zur Ordnung und entreißen sie dem Chaos.

Selbst wenn ich jetzt hier sitze und wütend auf dieser Tastatur tippe, fühlt sich jedes »Klick« und jedes »Klack« wie eine kleine gewonnene Schlacht an, die das Universum unmerklich von der Unordnung weg und hin zum Leben biegt.

Ich weiß nicht, wie es Ihnen geht, aber an den Tagen, an denen ich kreativ bin, fühle ich mich am erfülltesten und schlafe am besten.

Wir müssen kreativ sein, weil uns das angesichts der drohenden Unordnung tröstet. Wir wissen, dass wir, egal wie viel wir tun, das Blatt nicht wenden können, aber wir können Dinge erschaffen, die uns helfen, dem Leben einen Sinn zu geben und uns die Dunkelheit vom Leib zu halten.

Deshalb bemalten die Höhlenmenschen ihre Wände mit Szenen aus ihrem täglichen Leben und nutzten im Fall der in Lascaux entdeckten etwa 20.000 Jahre alten Malereien sogar die Konturen des Felsens, um ihre Bilder dreidimensional erscheinen zu lassen. Sie malten Darstellungen von Tieren und Menschen in schöner Detailtreue und sogar abstrakte Symbole – vielleicht weil Ihnen das ein Gefühl von Kontrolle über die chaotischen Kräfte gab, denen ihr Leben sonst unterworfen war.

Aus diesem Grund ritzen die alten Mesopotamier vor 4.000 Jahren das *Gilgamesch-Epos* in Tafeln. Sie schufen Geschichten, um die großen Fragen zu beantworten und zu beschreiben, was sie nicht verstanden. Warum sind wir hier? Warum ist das Leben so voller Schmerz und Entbehrungen? Was machen wir mit der Zeit, die uns gegeben ist? Wo liegen unsere Grenzen? Wie begegnen wir unserer eigenen Sterblichkeit?

Deshalb errichteten die Menschen der Bronzezeit vor 5.000 Jahren Steinkreise. Noch immer streiten sich die Experten über die genauen Gründe, warum sie Unmengen an Zeit und Energie aufwandten, um riesige Steine aus dem Fels zu schneiden und durch die Landschaft zu schleppen und sie dann in Kreisen aufzustellen. Wir haben dazu nur Theorien, aber so, wie diese Strukturen oft nach astronomischen Gesichtspunkten ausgerichtet wurden, denke ich, dass die Menschen mit ihnen ihre Sicht auf das Universum und ihren Platz darin ausdrückten.

Natürlich könnten diese Bauten auch eine religiöse Bedeutung gehabt haben, aber was sind Anbetung, Rituale und Opfer, wenn nicht der Versuch, die Kräfte zu personifizieren, die den Regen für die Ernte oder das Ende von Krankheiten bringen, und dann mit ihnen zu verhandeln, damit sie zu unseren Gunsten wirken?

Um dem Chaos Ordnung abzurufen.

Bei diesen historischen Artefakten ging es um mehr als nur um Inneneinrichtung, Architektur oder darum, auf dem Klo etwas zu lesen zu haben. Kreativität half diesen Völkern, mit einer Welt umzugehen, die ihnen ein berauschendes Gefühl von Macht und Machtlosigkeit zugleich gab – und das hat sich bis heute kaum geändert. Wir machen immer noch Dinge, um uns anderen mitzuteilen, um Antworten auf Fragen zu erhalten und aus dem Chaos Ordnung zu schaffen.

Aber hier unterscheidet sich die Kunst von der Wissenschaft und der Religion, denn beide versuchen auf ihre Weise, die Ordnung in bestimmten Begriffen zu formulieren.

Die Wissenschaft versucht, dem Chaos durch strenge Untersuchungen und Tests Ordnung abzurufen, indem sie nach Mustern sucht und versucht, sie durch das Prisma der Regeln zu erklären, die wir bis dato aufgestellt haben.

Aber was ist mit all den Dingen, die wir nicht wissenschaftlich erklären können?

Nun, für viele ist dies der Punkt, an dem Religion einspringt und versucht, die Mysterien zu erklären, die wir nicht in wissenschaftliche Gesetze fassen können. So versuchen alle Religionen, die großen »Warum«-Fragen durch ihre eigene Brille zu beantworten, und die meisten von ihnen kodifizieren dann eine Ordnung durch »Regeln für ein geordnetes Leben«.

Die Wissenschaft ist jedoch weit davon entfernt, alle unsere Fragen zu beantworten, und für die meisten ist Religion zu präskriptiv und einschränkend. Was machen wir also mit unserer menschlichen Erfahrung? Wie teilen wir mit, was wir intuitiv über »das Leben, das Universum und alles andere« wissen, wenn wir keine wissenschaftlichen Beweise oder religiösen Lehren haben, um das zu untermauern, was wir glauben, gesehen, gefühlt oder erlebt zu haben?

Wir erschaffen etwas.

Und wir hoffen, dass diejenigen, die erleben, was wir gemacht haben, spüren, dass die darin enthaltene Wahrheit auch in ihnen mitschwingt und summt. Vielleicht sind wir nicht einmal in der Lage, das, was wir mit anderen geteilt haben, in saubere, beschreibende Prosa zu fassen, aber das ist das Schöne an der Kunst: sie ist kein Medium, das Gewissheit erfordert.

Als menschliche Wesen versuchen wir unser gemeinsames Wissen in Worte zu fassen, weil uns das Sicherheit gibt, während wir gemeinsam ins Leere starren. Wenn wir am Ende unseres Beschreibungsvermögens angelangt sind, ist es an der Zeit, kollektive Bedeutung aus Poesie, Malerei, Schreiben, Tanzen, Fotografieren, Filmemachen, Geschichtenerzählen, Bauen, Singen, Animieren, Entwerfen, Backen, Inszenieren, Drucken, Schnitzen, Nähen, Bildhauen und aus einer Million anderer Möglichkeiten zu schöpfen, mit denen wir täglich Leben aus dem Chaos erschaffen und es miteinander teilen, um uns zu trösten.

Natürlich ist Kunst als Versuch, im Kleinen Ordnung aus dem Chaos zu ziehen, letztlich so nutzlos als würden wir Lecks in einem kollabierenden Damm mit unseren Fingern stopfen wollen. Auf lange Sicht werden wir mit unseren Versuchen scheitern, das Chaos in Schach zu halten. Wenn wir zum Ende

unserer gemeinsamen Geschichte vorspulen, die Seiten bis zum letzten Kapitel der Zeit durchblättern, werden wir sehen, dass wir diesen Kampf verlieren. Aber der wissentlich vergebliche Versuch hat etwas wunderbar Menschliches, und ich kann mir keine bessere Art vorstellen, ein Leben zu verbringen.

# *Logos*

Ich weine nicht so leicht. Wenn etwas schief läuft, schalte ich in den »Ich kriege das hin«-Modus. Ich bin derjenige, der sich in kritischen Momenten zusammenreißt und versucht, eine Lösung zu finden, auch wenn ihn die Situation genauso stark belastet wie alle anderen. Ich bin derjenige, der bei Beerdigungen die Trauernden umarmt, aber seine eigenen Tränen für später aufspart.

Vielleicht ist das meine angeborene Persönlichkeit.

Vielleicht liegt es auch daran, wie ich aufgewachsen bin. Mein Vater verließ uns, als ich vier Jahre alt war, und ich musste meiner Mutter Trost spenden, während sie den Verlust eines Mannes betrauerte, den sie sehr liebte. Vielleicht habe ich das verinnerlicht.

So oder so, es muss schon einiges zusammenkommen, damit ich über reale Probleme Tränen vergieße.

Allerdings bin ich ein großer Softie, wenn es um Kunst geht.

Ob Sie es glauben oder nicht, vor Kurzem habe ich wegen eines Videospiele geweiht. Ohne spoilern zu wollen: Die Schlusszene von *The Last of Us, Part II* hat mich umgehauen. Ich hatte Stunden mit Figuren verbracht, die mir wirklich ans Herz gewachsen waren. Und dann trieb mir der rührende Schluss der Geschichte mit seinem bittersüßen Moment der Erlösung die Tränen in die Augen.

Mir kommen immer die Tränen, wenn im Kino gute Schauspieler für einen Moment Verletzlichkeit zeigen. Wenn zum Beispiel Will Smith in der Schlusszene von *Das Streben nach Glück* versucht, nicht zu weinen, als ihm sein Traumjob angeboten wird, bin ich immer wieder zu Tränen gerührt.

An manchen Tagen verliere ich mich auf YouTube, sehe mir Konzertvideos an und ende immer als ein heulendes Häufchen Elend, wenn es den Sängerinnen oder Sängern gelingt, ihr ganzes Herz in einen Song zu legen.

Kürzlich erst musste ich sehr weinen, als ich *The Crown* schaute, eine Netflix-Serie über die Herrschaft von Elizabeth II. In Folge 3 der dritten Staffel geht es um die tragischen Ereignisse der Aberfan-Katastrophe von 1966, bei der eine Abraumhalde in den Hügeln oberhalb des walisischen Dorfes einstürzte und 144 Einwohner ums Leben kamen. Besonders tragisch ist, dass 116 der Todesopfer Kinder waren, darunter 109 Schüler der Pantglas Junior School. Das Gebäude wurde am 21. Oktober um 9.15 Uhr, als die Kinder gerade an ihren Tischen saßen, von der Schlammlawine erfasst, die den Berg hinunterrollte.

Diese Folge der Serie zeigt auf beeindruckende Weise die Verzweiflung und die Würde dieser tapferen Gemeinde, die einen hoffnungslosen Rettungsversuch unternahm, bei dem sie sich mit allen möglichen Geräten durch Erdhügel wühlte, um zu ihren verschütteten Kindern zu gelangen.

Fast eine Woche später, am 27. Oktober, wurden 81 Kinder an einem einzigen Tag in einem Sammelgrab in Sichtweite der Kohlenhalde beigesetzt, die eine ganze Generation dieses kleinen Dorfes ausgelöscht hatte.

Diese untröstlichen Eltern, die Menschen dieser am Boden zerstörten Gemeinde, noch mit dem Schlamm unter den Fingernägeln vom Ausgraben der Leichen ihrer Kinder unter den Trümmern, standen nun auf einem windgepeitschten Hügel und erhoben ihre Stimmen, wie es nur ein walisischer Chor kann, und sangen zu einem Gott, auf den sie zu Recht wütend waren.

Ich glaube, ich sah nach dem Ende dieser Folge ziemlich verheult aus, denn sie ist wahr. Ich meine damit nicht, dass die Ereignisse tatsächlich passiert sind. Das ist offensichtlich. Ich weinte, weil es wahr ist, dass das Leben hart ist. Es ist wahr, dass das sinnlose Chaos manchmal die Oberhand gewinnt. Es stimmt, dass sich das Leben manchmal absichtlich grausam anfühlt, so wie der Einsturz um 9.15 Uhr statt um 8.15 Uhr, als die Kinder noch zu Hause waren und frühstückten.

Es stimmt auch, dass Menschen im Angesicht unvorstellbaren Leids eine inspirierende Widerstandsfähigkeit und einen ungebrochenen Glauben an das Leben an den Tag legen können. Und dass wir uns angesichts des überwältigenden Leids manchmal nur zusammenraufen und unsere Stimmen gemeinsam erheben und singen können.



Dieses Bild drückt für mich sehr gut das aus, was wir tun, wenn wir etwas herstellen. Das ist als ob die Menschheit im Bewusstsein dessen, was sie eint, auf einem Hügel steht und singt, teils um ihrer Verzweiflung Ausdruck zu verleihen, teils um gemeinsam die Hoffnung zu beschwören. Doch die wichtigste Zutat für gute Kunst ist, dass sie die Wahrheit sagen muss, und damit meine ich keine trockene Aneinanderreihung von Fakten.

Während die Wissenschaft versucht, uns mit Informationen und Problemlösungen zu versorgen, geht es in der Kunst nicht um klare Antworten. Kunst ist weder vorsichtig noch bestimmt. Sie versucht nicht, irgendetwas zu beweisen, und sie ist sich über vieles nicht sicher. In der Regel versucht sie nicht, die Dinge zu ergründen. Stattdessen begnügt sie sich damit, zu beschreiben, wie die Dinge sind. Die Wahrheit, von der sie spricht, ist die existenzielle Wahrheit, die wir Menschen zwar ahnen, aber nur selten in Worte fassen können.

Kunst schreit und flüstert abwechselnd durch Pinsel und Schreibmaschine, auf Leinwänden und über Klaviertasten. Sie spinnt Fäden, arrangiert Farben und schafft Harmonien, die uns Dinge über das Leben sagen, die wir zwar ahnen, aber nur schwer in Worte fassen können. Gute Kunst wirft uns die schmutzige Wahrheit vor die Füße und erlaubt uns, sie zu verarbeiten und damit umzugehen. Gute Kunst ist ein Sprung in die Tiefen unserer Realität.

Die Dinge, die wir erschaffen, können positiv oder negativ, hoffnungsvoll oder verzweifelt sein. Sie können die Ordnung feiern oder das Chaos beschreiben, aber unabhängig vom Inhalt klingt die beste Kunst wahr, und deshalb reagieren wir so stark auf sie, wenn wir sie sehen, schmecken, hören oder berühren.

Manchmal ist es offensichtlich, was ein Werk aussagt, wie z.B. ein gemaltes Porträt, das das Leben eines Menschen würdigt und in einem Museum sogar mit einer kleinen Tafel versehen ist, auf der erklärt wird, wer die Person ist und warum das Werk in Auftrag gegeben wurde.

Manchmal können wir die Wahrheit nur in dem erahnen, was jemand geschaffen hat, wie z.B. in den scheinbar einfachen Farblöcken eines Rothko-Gemäldes, bei dem jeder eine andere Meinung darüber hat, »was es bedeutet«, weil es für verschiedene Menschen unterschiedliche Wahrheiten aussagt.

Ich glaube, dass uns eine geschaffene Ordnung auf einer ganz allgemeinen Ebene bewegt.

Ich glaube auch, dass uns die geschaffene Unordnung gleichermaßen berühren kann, denn selbst wenn wir das Chaos benennen oder versuchen, es zu beschreiben, erschaffen wir eine Ordnung. Selbst eine scheinbar zerstörerische und dunkle Kunst,

die von außen nur wie brodelndes Chaos aussieht, ist immer noch ein Versuch, unsere Erfahrung von Unordnung und unsere kollektive Reaktion darauf zu beschreiben.



Also gut, bevor wir weitermachen, legen wir die Karten auf den Tisch: In meinen Zwanzigern war ich Pastor.

Bevor Sie jetzt die Flucht ergreifen, nein, ich werde nicht versuchen, Sie zu irgendetwas zu bekehren, versprochen! Zumal ich vor einem Jahrzehnt aus der institutionellen Kirche ausgetreten bin, bin ich mir nicht einmal sicher, wozu ich Sie bekehren sollte.

Davon abgesehen habe ich bei meiner Arbeit für die Kirche viel gelernt, und das Beste davon habe ich mitgenommen, einschließlich eines Glaubens, der für die meisten Kirchen zu weit gefasst und chaotisch ist, um ihn zu ertragen, der mir aber dennoch sehr viel bedeutet.

Ich werde jetzt kurz über die Heilige Schrift sprechen, aber Sie sollten wissen, dass ich sie nicht wörtlich nehme. Ich persönlich bin sogar der Meinung, dass eine wörtliche Lesart alter Texte, zumal dieser Herkunft, sie ihres Reichtums beraubt.

Für mich ist die Heilige Schrift Kreativität in ihrer besten Form. Ursprünglich wurde sie gesprochen, in Form von Gedichten und Geschichten, lange bevor sie aufgeschrieben wurde, und sie stellt unsere schwachen und zerbrechlichen Versuche dar, unsere eigene Existenz zu verstehen. Jahrtausende vor den Erkenntnissen unserer modernen Wissenschaft wurde sie von Philosophen und Theologen niedergeschrieben. Aber noch bevor die sie zu Papier brachten, machten diese Geschichten über Jahrhunderte die Runde unter einfachen Menschen, die

am Lagerfeuer saßen, Schafe hüteten und davon erzählten, was ihrer Meinung nach zur Entstehung all dessen führte, was sie kennen.

Wenn man keine Antworten hat, wendet man sich manchmal am besten der Kunst zu, und so griffen diese Menschen zu lebendigen, poetischen Erzählungen, die wahrscheinlich nie wörtlich genommen werden sollten. Nur der moderne rationale Verstand besteht darauf, diesen Fehler zu machen. Aber ich brauche diese Texte nicht wörtlich oder im wissenschaftlichen Sinne als wahr zu verstehen, damit sie in ihrer Substanz wahr sind.

Sowohl in der jüdischen als auch in der christlichen Tradition beginnt die Heilige Schrift mit einem Bild des reinen Chaos. Beide verwenden den hebräischen Ausdruck »Tohu wa bohu«, der bekanntermaßen schwer zu übersetzen ist. Wir haben das im Laufe der Jahrhunderte mit Worten wie »Dunkelheit«, »Leere«, »Nichts«, »unsichtbar«, »nichtig« und »formlos« versucht. Sicher wollten die frühen Schriftsteller damit andeuten, dass es, bevor es »dich« und »mich« und »Berge« und »Meere« gab, nur ein Nichts gab – ein Chaos ohne Form.

Diese Geschichtenerzähler gaben uns dann die Vorstellung, dass Gott, die schöpferische Kraft, alles auf eine ganz besondere Weise ins Leben rief. Er »sprach« es in die Wirklichkeit. Mit einem gesprochenen Wort entstand Ordnung aus dem »Nichts«.

In dieser Geschichte gab es also ein Chaos.

Dann gab es ein Wort.

Dann die Ordnung.

Es ist sehr schwierig, darüber zu sprechen, denn unser rationaler Verstand entwirft sofort buchstäbliche Bilder von einem alten bärtigen Mann, der leicht glühend und durchsichtig in einer Suppe aus Nichts schwebt und plötzlich mit dröhnender Stimme ein einzelnes Wort spricht. Und dann erscheinen mit einem Mal Atome und Staub und Sterne und Galaxien und Planeten und alles andere in der materiellen Wirklichkeit.

Aber wenn wir dieses sehr vereinfachte Bild beiseitelassen und nach den Nuancen suchen, gibt es etwas wirklich Tiefgründiges zu entdecken.

Es gibt ein Wort, das Theologen für diese Vorstellung verwenden, Ordnung aus dem Chaos zu »sprechen«: »Logos«. Und an dieser Vorstellung haben wir Teil durch die Dinge, die wir erschaffen.

Logos beschreibt die schöpferische Kraft, die Wahrheit auszusprechen und dem Unglück das Gute und dem Chaos die Bedeutung zu entreißen. Es ist eine intuitive Äußerung der Ordnung der Dinge, die paradoxerweise gleichzeitig zu dieser Ordnung beiträgt. Es geht darum, die Wahrheit auszusprechen und in diesem Zuge etwas aus dem Nichts zu erschaffen.

Logos ist der Leuchtturm an der Steilküste in einer stürmischen Nacht, der dich durch die stürmischen Wellen in den sicheren Hafen führt.

Logos ist der Nordstern, der dir durch Irrungen und Wirrungen hindurch hilft, dich neu zu orientieren und nach Hause zu finden.

In der Heiligen Schrift ist Logos das Licht einer Stadt auf einem Hügel bei Nacht, es ist Zivilisation und Sicherheit in einer Welt der Ungewissheit und Gefahr.

Logos ist unser Versuch, die Wahrheit zu beschreiben, die wir alle irgendwie kennen, aber nur schwer artikulieren können. Aber gelingt es uns, und sei es auch nur im Kleinen, bringt uns das Trost und ein Gefühl der Zusammengehörigkeit, weil wir wissen, dass diese Lebenserfahrung – mit allem Guten und Schlimmen, das zu ihr gehört – von allen geteilt wird.

Gute Kunst ist Logos.

Wahrheit, ausgedrückt durch Bewegungen im Tanz, Farben auf einer Leinwand oder durch Worte auf einer Buchseite, gibt uns das Gefühl, mehr Teil des Ganzen und weniger allein zu sein. Wenn wir auf ihrer Grundlage kreativ sind, sind wir ein kleiner Bestandteil dieses Schöpfungsprozesses, und die Herzen jener, die unsere Arbeiten sehen, hören oder lesen, erwecken wir aus purer Verzweiflung zum Leben.



Wenn Sie mir hier einen kleinen didaktischen Dualismus gestatten: Wir Menschen verwenden Sprache auf zwei Arten.

Erstens verwenden wir Sprache, um den Menschen, mit denen wir sprechen, die gewünschte Reaktion zu entlocken, ungeachtet der Richtigkeit des Gesagten.

Zweitens verwenden wir Sprache, um Wahrheit zu vermitteln, auch auf die Gefahr hin, dass dies ein negatives Echo hervorruft.

Vor dieser Wahl, vor die uns Sprache stellt, stehen wir auch bei allem, was wir erschaffen. Wie wollen wir unsere künstlerische Stimme einsetzen? Wollen wir eine positive Reaktion bei anderen hervorrufen, indem wir ihnen sagen, was sie hören wollen? Oder wollen wir mit dem, was wir machen, unsere eigene Wahrheit ausdrücken, auch wenn die Reaktion der Leute nicht die ist, die wir uns wünschen?

Eine meiner Lieblingsbeschäftigungen in London ist es, in der National Gallery am Trafalgar Square in Raum 22 zu sitzen. Ich bin beim besten Willen kein Kunstexperte, und ich weiß nicht viel über die von ihm verwendeten Techniken oder die Geschichte seiner Arbeit, aber etwas an Rembrandts Porträts spricht mich an.

Er arbeitete zu einer Zeit, in der Maler wie er ihr Geld damit verdienten, Porträts von privilegierten Bürgern anzufertigen, also von Menschen, die reich genug waren, um die vielen Stunden, die ein Künstler für die Fertigstellung eines Werks benötigte, in Auftrag zu geben.

Als Auftragskünstler wäre es für ihn also sehr verlockend gewesen, seine Porträtierten »aufzuhübschen« und sie attraktiver und strahlender aussehen zu lassen, als sie vielleicht in Wirklichkeit waren. Hätte er sich dafür entschieden, seine beträchtlichen Fähigkeiten im Dienste der Erwartungen dieser Leute einzusetzen, hätte dies zu glücklichen Kunden geführt. Die hätten sich durch das vorteilhafte Abbild ihrer selbst geschmeichelt gefühlt, was wiederum zu einer Flut von neuen Aufträgen geführt hätte.

Warum also starb er mittellos, und warum wurde er anonym beigesetzt?

Nun, das ist eine komplizierte Geschichte, aber vielleicht liegt es zum Teil daran, dass er sich weigerte, Erwartungen zu erfüllen. Ich bin mir nicht sicher, wie die Menschen, die sich von ihm porträtieren ließen, auf seine Arbeit reagierten. Aber ich kann mir nicht vorstellen, dass jeder Porträtierte glücklich war. Ich bin Porträtfotograf und weiß, wie empfindlich manche Menschen auf ihr eigenes Aussehen reagieren, selbst wenn ihnen das Licht schmeichelt. Ich kann mir also nur vorstellen, wie die eitelsten unter Rembrandts Porträtierten reagiert haben.

Denn seine Porträts sind ehrlich. Sie zeigen die Porträtierten in düsteren und erdigen Tönen. Rembrandt verwendete hartes Licht und scheute sich nicht vor Schatten. Er schien die Falten in der Kleidung und in den Gesichtern zu betonen, anstatt sie zu verbergen. Er zeigte seine Porträtierten so, wie er sie wirklich sah – als gleichberechtigte Opfer von Zeit und Entropie.

Mit sich selbst verfuhr er nicht anders. Man nimmt an, dass er im Laufe seiner Karriere etwa 80 Selbstporträts malte, von denen einige in Raum 22 der National Gallery hängen. Wenn seine Porträtierten dachten, er sei unfreundlich zu ihnen gewesen, war er ebenso unfreundlich zu sich selbst. Seine Selbstporträts offenbaren einen schonungslos ehrlichen Blick auf einen Mann, der durch die Höhen und Tiefen des Lebens geht, und bezeugen wie ein unerbittliches visuelles Tagebuch, welchen Tribut der Zahn der Zeit von einem menschlichen Gesicht fordert.

Aber wenn ich mir seine Porträts ansehe, finde ich sie bewegend und fesselnd. Sie geben mir ein Gefühl dafür, wie zerbrechlich wir als Menschen sind und welche Schönheit in unserer unausweichlichen Vergänglichkeit steckt. Sie geben mir ein Gefühl für die Art und Weise, wie wir altern, zerfallen und schließlich verschwinden. Für mich drückt Rembrandt mit seinem Werk Wahrheiten aus und versucht nicht nur, seinen Kunden positive Kritiken zu entlocken. Das ist der Grund, warum man sich an ihn erinnert und warum ich in der Nationalgalerie sitzen und mich von dem großen Ganzen in seiner Malerei trösten lassen kann. Für mich ist sein Werk Logos, weil es mir eine schwierige Wahrheit vermittelt, die mir angesichts unseres Verfalls und Niedergangs Trost und innere Ordnung gibt. Er bietet mir einen Haken, an dem ich diese große Idee aufhängen kann, und lässt mich wissen, dass wir alle im selben

Boot sitzen und dass das letztlich so in Ordnung ist. Ich bin mir sicher, dass es Mut, Überzeugung und Hingabe brauchte, um ein solches Werk zu schaffen, und ich für meinen Teil bin dankbar dafür.



Diesen Mut versuche ich mir für meine Arbeit anzueignen.

Porträts waren schon immer mein bevorzugtes Arbeitsfeld in der Fotografie. Die Herausforderung, einen ehrlichen Augenblick einer Person einzufangen, eine Facette ihrer Persönlichkeit, eine Lücke in der Rüstung, die einen Hauch von dem durchlässt, was diese Person wirklich ausmacht, hat mich immer gereizt.

Als ich anfing, mir das nötige Wissen anzueignen und ein Portfolio aufzubauen, machte ich das, was viele Fotografen tun: kostenlose Shootings für Models und Schauspieler. Das ist zwar zweifellos eine gute Möglichkeit, sich die technische Seite der Porträtfotografie anzueignen und genügend Bilder für den Aufbau einer Website zu sammeln, aber ich war schnell frustriert davon, wie gleichförmig meine Arbeiten aussahen. Die Gesichter, die »Guck mal, wie sexy ich bin«-Posen, die Mimik – alles ähnelte sich.

Ich will diese Art von Fotografie nicht schlechtreden, sie macht mir immer noch Spaß – aber ich wusste für mich selbst, dass ich sie immer mehr als »Arbeit« und immer weniger als »Kreativität« empfand. Es war also Zeit, die Dinge neu anzugehen.

Also setzte ich mich im März 2017 in einen Flieger nach Namibia, ein Land, das ich schon viele Male besucht und das immer einen besonderen Platz in meinem Herzen hatte.

Ich flog ans andere Ende der Welt, um Porträts von Mitgliedern des Himba-Stamms zu machen, einem faszinierenden, in der Wüste lebenden indigenen Volk, das in diesem Teil der Welt beheimatet ist. Ich organisierte einen lokalen Guide und verbrachte etwas Zeit in einem Dorf, das bereit war, mich aufzunehmen. Anstatt mich den Leuten in den Weg zu stellen, um sie zu fotografieren, wählte ich einen konservativeren Ansatz. Ich bezog etwas abseits Stellung und bat meinen Guide, den Leuten zu erklären, dass sie zu mir kommen könnten, wenn sie Fotos wollten (die ich später ausdrucken und zuschicken würde). So verbrachte ich zwei glückliche Abende hintereinander damit, einige der eindrucksvollsten Porträts zu schießen, die ich bis dahin gemacht hatte.

Eine Besonderheit bei diesen Aufnahmen war, dass ich meinen Gesprächspartnern nicht erklären konnte, dass ich mehrere Aufnahmen machen und die besten auswählen würde. Sobald sie das Klicken der Kamera hörten und der Blitz ausgelöst hatte, gingen sie einfach weg, weil ich gesagt hatte, dass ich ein Foto machen würde, und nun hatte ich es gemacht, also musste ich wohl fertig sein. Und weil ich nicht wollte, dass sich jemand unwohl fühlte und gezwungen war, länger dort zu stehen, nahm ich die Herausforderung an: für jedes Porträt nur eine Aufnahme.

Dabei wurde mir klar: Ich hatte bei den meisten Stammesmitgliedern zwar nur eine einzige Chance für ein Bild, aber mehr brauchte ich auch gar nicht. Sie mussten nicht erst »mit der Kamera warmwerden«, und es gab keinen dieser unbeholfenen Versuche, die »sexy Pose zu finden«, die viele Menschen machen. Die Himba legten eine unverblümete Offenheit an den Tag. Sie traten einfach vor die Kamera, schauten mich ganz unumwunden an und die Verbindung war da. Da war nichts

Künstliches, nur die offene Wahrheit darüber, wer sie waren. Jeder Porträtfotograf wird Ihnen bestätigen, dass das ein Geschenk ist, das nicht viele zu geben bereit sind.

Als ich die Bilder noch in der gleichen Nacht in meinem Zelt betrachtete, wurde mir klar, dass ich mehr von meiner Fotografie wollte. Ich wollte mehr von dieser Offenheit, ganz gleich, wen ich fotografierte. Hatte ich es also geschafft? Hatte ich einen Weg gefunden, meine Arbeit wahrhaftiger zu machen?

Nun, ein paar Monate später war ich wieder in London und beschloss, ein paar anständige Abzüge von diesen Porträts zu machen, um sie zu Hause an die Wand zu hängen. Ich machte mich auf den Weg zu einer der besten Druckereien der Stadt, die für einen Großteil der Fotoausstellungen im Vereinigten Königreich und für viele Magnum-Fotografen arbeitet.

Während das Papier aus den Maschinen lief und meine Bilder nach und nach in satten Farben zum Vorschein kamen, unterhielt ich mich mit dem Creative Director, der mir an diesem Tag half. Dieser Mann kannte sich wirklich gut aus, er druckte die Arbeiten einiger der weltbesten Fotografen. Als das erste Bild auf den Proofing-Tisch fiel, hoffte ich insgeheim, dass er beeindruckt sein würde, und in einer für mich eher untypischen Anwandlung (ich hole nur selten die Meinung anderer zu meiner Arbeit ein) fragte ich: »Was meinen Sie?«

Er antwortete: »Das sind technisch gute Bilder von sehr interessanten Menschen, aber sie interessieren mich überhaupt nicht.«

Er sagte das nicht etwa unfreundlich, aber in einem Moment brutaler Ehrlichkeit brachte er mich dazu, diese Porträts über ihr technisches Können hinaus zu betrachten. Ich war völlig davon eingenommen gewesen, dass ich begeisterte Kritiken

und überschwängliche Komplimente von Leuten für diese Aufnahmen bekommen hatte. Aber die Wahrheit war, dass dieser Mann aus irgendeinem Grund keine Verbindung zu ihnen fand.

Er fuhr fort und sagte, dass er zu erkennen glaubt, wenn ein Fotograf eine Verbindung zu seiner Arbeit hat und ihm die Bilder persönlich etwas bedeuten. Und dieses Gefühl hatte er bei diesen Bildern nicht.

Hatte ich schöne und aussagekräftige Porträts gemacht? Oder hatte ich brauchbare Porträts von schönen Menschen gemacht? Machte man mir die Komplimente wegen etwas, das ich getan hatte, oder wegen der Menschen, die sie waren?

Es bedurfte nicht allzu viel Ehrlichkeit mir selbst gegenüber, um mir diese Frage zu beantworten. Die Arbeit war wahrhaftig, aber es war die Offenheit und Wahrhaftigkeit des Stammes, nicht meine. Mir wurde klar, dass die Bemerkung des Creative Directors mehr als fair war – sie war wichtig, wenn ich es mit dieser Reise ernst meinte. In seinem eigenen Akt von Logos hatte er mir ein Geschenk gemacht, indem er mir die schwierige Wahrheit sagte, anstatt zu versuchen, mir einen Gefallen zu tun.

Ich möchte an dieser Stelle sagen, dass ich diese Bilder nicht ablehne. Sie hängen bei mir zu Hause, und ich bin immer noch stolz auf sie. Und ich bin froh, dass ich diese Reise gemacht habe, denn sie war ein sehr wichtiger Schritt auf meinem Weg. Die Bemerkung des Creative Directors an jenem Tag hat nicht dazu geführt, dass ich mich plötzlich für diese Bilder schäme. Um ehrlich zu sein, werde ich in Zukunft mit ziemlicher Sicherheit weitere Reisen dieser Art unternehmen, denn ich bin der Meinung, dass ein regelmäßiger Wechsel des Kontexts und des Themas für das eigene Wachstum von entscheidender Bedeutung ist.

Was mir diese Bemerkung jedoch ganz klar gezeigt hat, war, dass ich es besser machen kann. Dass ich noch weitergehen und tiefergraben könnte, wenn ich bereit wäre, mich auf eine Reise in mein Inneres zu begeben. Ich musste einen Weg finden, über die Wahrheit zu sprechen, die ich persönlich erfahren hatte.

Zu dieser Zeit hörte ich den Musiker John Mayer in einem Interview sagen, dass sein Songwriting von einem sehr einfachen Mantra geleitet würde: »Mach dich klein und sag die Wahrheit.« Das blieb bei mir hängen, und ich wusste, dass was auch immer als Nächstes kommen würde, es dabei weniger um ausgefallene Fototechniken oder die Suche nach visuell ansprechenden Motiven gehen musste, sondern vielmehr darum, eine einfache und persönliche Wahrheit zu vermitteln.

Also schmiedete ich einen Plan. Im Dezember desselben Jahres reiste ich zurück nach Südafrika, wo ich fast 20 Jahre lang gelebt hatte. Der Plan war, eine Reihe von sehr schnörkellosen Porträts dreier Männer zu machen, die mir sehr viel bedeuten. Ich reiste 1.600 km von Kapstadt über Grahamstown nach Durban, um drei meiner Mentoren zu fotografieren, die in den entscheidenden Momenten meines Lebens für mich da waren und dort einsprangen, wo mein Vater eine Lücke hinterlassen hatte. Die Porträtsitzungen selbst waren etwas Besonderes und völlig anders als die, die ich bis dahin gemacht hatte. Ich kannte diese Menschen gut und hatte sie eine Weile nicht gesehen. Die Aufnahmen selbst würden jeweils knappe zehn Minuten dauern. Ich kam bei ihnen zu Hause an, wir plauderten etwas und brachten uns gegenseitig auf den neuesten Stand. Ich hatte ihnen schon im Vorfeld eine E-Mail geschickt und erklärt, was ich vorhatte, und bei einer kurzen Gesprächspause fragte ich einfach, wo ich meine Sachen am besten aufbauen könne.

Ich verwendete die einfachste Beleuchtung, die möglich war – nur einen schwarzen Hintergrund und einen Blitz –, weil ich nicht wollte, dass es bei diesen Bildern um irgendwelche technischen Tricks geht. Ich wollte mich hinter nichts verstecken müssen und sicherstellen, dass meine Verbundenheit mit den Personen, die ich liebte, in den endgültigen Bildern zu spüren war.

Wir unterhielten uns also, lachten und schwelgten in Erinnerungen, während ich ein paar Fotos schoss. Ich machte insgesamt jeweils um die 30 Bilder. Dann packte ich meine Ausrüstung zusammen, ohne das Gespräch zu unterbrechen. Normalerweise kann ich mich sehr in die technischen Aspekte eines Fotoshootings vertiefen, und ich würde normalerweise mehr als 300 Bilder machen, aber diesmal war ich mehr daran interessiert, Zeit mit diesen Männern zu verbringen. Das Fotografieren war also zweitrangig. Ich gebe zu, dass ich mir im Anschluss an diese Fotosessions Sorgen machte, sie nicht ernst genug genommen zu haben und dass die Bilder deshalb schwach sein würden. Aber die Wahrheit ist, dass sie für mich zu den stärksten Bildern gehören, die ich bislang gemacht habe.

Als Betrachter kann man eine stärkere Verbindung zu diesen Bildern und zu mir als Fotograf spüren. Auch wenn meine Modelle in dieser Serie nicht so markant sind wie die Stammesmitglieder der Himba, sind die Bilder doch stärker, weil mich mit ihnen eine Geschichte verbindet. Das ist das Feedback, das ich von vielen erhalten habe, ohne dass sie die Geschichte kannten.

Ich denke, es liegt daran, dass ich diese Menschen liebe, und vielleicht können Sie das beim Betrachten der Bilder erkennen. Ich brauchte einen Vater, und in gewisser Weise waren diese Männer genau das für mich, auch wenn es nicht ihre

Aufgabe war. Den Gefallen, den sie mir taten, hatte ich mir nicht verdient. Heute hängen die Abzüge dieser Porträts hinter mir, wenn ich Videos für meinen YouTube-Kanal drehe, weil ich die Symbolik dahinter mag. Ich kann zu anderen Menschen reden und ihnen beibringen, was ich gelernt habe, nur weil es Menschen wie sie gab, die mich zu dem gemacht haben, der ich heute bin.

Ich habe einen kurzen Dokumentarfilm über diese Reise und meine Beziehung zu diesen Vaterfiguren gedreht. Mehr als bei anderen meiner Filme meldeten sich danach Männer bei mir, um mir ihre eigenen Geschichten zu erzählen, insbesondere darüber, wie sie ohne einen Vater aufwuchsen. Eine E-Mail nach der anderen erzählte mit Hingabe von den großzügigen Männern, die die Lücke füllten und ihnen halfen, selbst gute Menschen zu werden. Das sind existenzielle Wahrheiten, mit denen sich Männer auf der ganzen Welt auseinandersetzen. Indem ich Porträts und einen Kurzfilm erstellt hatte, in denen ich meine eigene Geschichte so ehrlich wie möglich erzählte, hat das vielen anderen Trost gespendet, die ebenfalls diese besondere, chaotische Situation eines abwesenden Vaters erlebt haben.



Das ist Logos.

Es ist kein gradliniger oder einfacher Prozess. Viele Künstler sagen über ihre Arbeit: »Manchmal bin ich mir nicht sicher, worauf ich abziele oder wie ich genau dorthin komme, aber ich erkenne es, wenn ich es sehe.« Ob wir es schräg oder direkt, subtil oder offen sagen, ob wir bewusst oder intuitiv dorthin gelangen, Kunst ist am kraftvollsten, wenn wir durch das, was wir erschaffen, die Wahrheit sagen und Ordnung in das kollektive Chaos bringen.

Das ist die Kunst, die tief in uns eine Reaktion hervorruft.

Ich bin oft zu Tränen gerührt, wenn ein Sänger von seinem wirklichen Schmerz singt.

Ich lache noch mehr über einen Komiker, der in seinen Sketchen Absurdität mit Verletzlichkeit vermischt, sodass ich die Schwere dahinter erahnen kann.

Ich halte inne im Innenraum einer meisterhaft gestalteten Kathedrale, der von der Erhabenheit des Göttlichen kündigt.

Ich brauche nach einem beeindruckenden Film etwas Zeit für mich, um die existenziellen Wahrheiten darin zu verdauen.

Irgendetwas in mir spürt die Wahrheit in dem, was ich erlebe. Und selbst wenn ich nicht sagen kann, warum, spricht das Werk des Künstlers etwas in mir an, und ich spüre diese menschliche Verbindung inmitten des existenziellen Durcheinanders unseres täglichen Lebens.

Und ich bin nicht damit zufrieden, nur Konsument zu sein. Ich will mich engagieren. Ich muss auch etwas schaffen.

Es ist schwer zu erklären, warum. Abgesehen von der Art und Weise, wie ich durch dieses Kapitel gestolpert bin, hat es etwas damit zu tun, dass ich mich beim Projekt »Logos« engagieren möchte. Ich möchte mitmachen. Ich möchte die Wahrheit der Dinge aussprechen, mich mit allen anderen zusammenschließen, die versuchen, wenn auch im kleinen Maß, zu beschreiben, wie die Dinge sind.

Deshalb malte ich mit neun Jahren Löwen aus meinen Tierbüchern ab.

Deshalb entwarf und betrieb ich mit 15 Jahren die Beleuchtung für unser Schultheater.

Deshalb sang ich mit 20 Jahren in einer Band und schrieb mit meinen Freunden Musik.

Deshalb hielt ich mit 25 Jahren Vorträge vor Massen von Teenagern und 20-Jährigen, um sie zu inspirieren, besser zu werden.

Deshalb machte ich mit 32 Jahren unzählige Fotos, um mir alles über diese eindrucksvolle Kunstform anzueignen.

Deshalb drehte ich mit 38 Jahren Filme für meinen neuen YouTube-Kanal.

Und deshalb schreibe ich jetzt, mit 42 Jahren, das Buch, das Sie gerade lesen.

Ich muss etwas schaffen. Ich muss die Wahrheit über das Leben beschreiben, egal ob ich zeichne, singe, Lieder schreibe, Reden halte, fotografiere, Filme mache oder dieses Buch schreibe.

Alle Kunst ist Logos, und wenn einer von uns es hinkriegt, und sei es auch nur für einen Moment, fühlen wir anderen uns weniger allein. Wir halten uns im übertragenen Sinne an den Händen und geben zu, dass wir unseren Krieg gegen die Entropie letztlich nicht gewinnen werden – und irgendwie ist das in Ordnung.

Ich glaube, deshalb bringt mich gute Kunst zum Weinen.



# *Atem*

Als ich die High School verließ, war ich gerade mal 17 Jahre. Das erschien mir zu jung, um direkt mit dem Studium zu beginnen, also entschied ich mich stattdessen dafür, ein Jahr Auszeit zu nehmen. Angetrieben von meiner Liebe zur Musik und zum Singen beschloss ich, mich einer Musik- und Theatergruppe anzuschließen, die ein Jahr lang durch Südafrika, Namibia und Simbabwe tourte.

Ich sang sehr gern, aber was mich offen gesagt verunsicherte, war mein Stimmbruch. Manche Jungs kommen problemlos durch diese unangenehme Phase der Pubertät – sie haben bis elf die hohe Stimme eines Kindes und am Morgen ihres zwölften Geburtstags wachen sie auf mit der festen, rauhen Stimme eines James Earl Jones.

Für alle anderen ist das jedoch ein langer Übergang mit viel Auf und Ab, im Laufe dessen ihre Stimme sich immer wieder überschlägt, mit »Trällern«, die im Gespräch mit Freunden vielleicht peinlich sind, aber tödlich erniedrigend, wenn man ein Solo vor der ganzen Schulversammlung singt. Und ich war mehr als einmal in dieser Situation.

Als ich der Musik- und Theatergruppe beitrug, sagte ich unserem Gesangslehrer, dass mir das Versagen meiner Stimme große Angst bereitete. Seine Antwort war: »Du atmest einfach nicht richtig. Wir zeigen Dir, wie das geht.«

Bevor wir in den ersten Stunden auch nur einen Ton sangen, lernten wir, wie man richtig atmet – etwas, von dem ich annahm, ich könnte es schon, schließlich hatte ich es seit meiner Geburt unfreiwillig geübt. **Unser Lehrer erklärte uns, was beim Ein- und Ausatmen im Körper passiert und dass die meisten Menschen faul sind, wenn es um ihre Atmung geht. Und er sagte, dass ich, wenn ich gut singen wollte, zuerst lernen musste, wie man gut atmet.**

Insbesondere lernten wir, wie das Zwerchfell funktioniert. Bei einer der ersten Übungen forderte unser Lehrer uns auf, uns aufrecht hinzustellen, dann die Finger auf den oberen Bauchbereich zu legen, direkt unter der Stelle, an der der untere Brustkorb am Brustbein zusammenläuft, und tief einzuatmen. Zum ersten Mal in meinem Leben wurde mir bewusst, dass sich dort ein Muskel ausdehnte und ein Vakuum erzeugte, das wiederum Luft in meine Lungen saugte. Umgekehrt entspannte er sich beim Ausatmen wieder und stieß die Luft aus. »Die Kontrolle des Zwerchfells«, sagte unser Lehrer, »ist der Schlüssel zum Singen, weil euch das die Luftsäule gibt, die ihr braucht, um den Ton richtig zu halten.«

Wir machten eine ziemlich brutale Übung, um unsere Zwerchfellmuskeln zu stärken: Wir nahmen ein etwa 15 × 25 Zentimeter großes Holzbrett, hielten es gegen unser Zwerchfell und lehnten uns mit unserem ganzen Gewicht gegen eine Wand. Ziel war es dann, uns nur mit den Muskeln unseres Zwerchfells von der Wand wegzudrücken, indem wir tief einatmeten und die Luft in unseren Lungen anhielten und diese Luft dann kontrolliert und gleichmäßig wieder ausstießen, bis unsere Lungen leer waren.

Wir haben diese Atemübungen gehasst, aber sie haben funktioniert. Ich bin zwar immer noch skeptisch, ob sie wirklich den Zwerchfellmuskel gestärkt haben, doch sie bewirkten ganz sicher, dass ich mir meines eigenen Körpers und der Muskeln, mit denen ich die Luft in meine Lungen ziehe, bewusster wurde.

Und damit veränderte sich meine Stimme. Sie brach zwar noch hin und wieder, aber nicht mehr so oft, weil ich die Töne jetzt sicherer sang und sie besser unterstützte. Das lag daran, dass

ich jeden Ton auf einer stärkeren Luftsäule aufbaute und die Kontrolle darüber hatte, ihn sanft wieder loszulassen. Diese eine einfache Wahrheit hatte meine Stimme befreit.



Etwas zu erschaffen ist wie Einatmen und Singen. Wenn die Stimme das Werk ist, das wir in die Welt hinaustragen, dann ist die Luftsäule der Treibstoff, den wir brauchen, um es zu produzieren.

Eine unserer größten Aufgaben als Künstler ist es, herauszufinden, wie unsere einzigartige Stimme klingen soll und was wir Einzigartiges zu sagen haben. Aber wir verzichten zu oft auf das richtige Einatmen, um diesen Klang zu erzeugen, so dass unsere kreativen Stimmen dünn und näselnd klingen.

Im nächsten Kapitel werden wir herausarbeiten, was unsere einzigartige kreative Stimme ist, aber zuerst müssen wir uns mit dem oft vernachlässigten, aber entscheidenden Akt des Einatmens beschäftigen.

Oft höre ich die folgenden Klagen:

»Ich bin gern kreativ, aber ich weiß einfach nicht, was ich machen soll.«

»Ich habe eine Kamera gekauft, aber ich weiß nicht, was ich fotografieren soll.«

»Ich möchte Kurzgeschichten schreiben, aber ich habe keine Ahnung, wovon sie handeln sollen.«

Ich glaube, ein einfacher Grund für diesen Mangel an Zielstrebigkeit oder Motivation ist, dass wir versuchen zu sprechen, ohne zuvor Luft geholt zu haben. Wir müssen lernen, das, was wichtig ist, an erste Stelle zu setzen.

Das ist auch kein Problem, das auf die Anfänger unter uns beschränkt ist. Auch langjährige Künstler kommen immer wieder an den Punkt, an dem sie zwar über alle notwendigen Fähigkeiten und Erfahrungen verfügen, um Schönes zu erschaffen, aber nicht wissen, worauf sie diese Fähigkeiten richten sollen. Wie die Luft, die wir atmen, müssen wir unsere Energien, unsere Botschaft, unsere Ideen und sogar unsere Motivation, kreativ zu sein, erst in uns aufnehmen.

Das Wort »Inspiration« ist interessant, wenn man es sich näher anschaut. Es kommt ziemlich unverändert aus dem lateinischen Wort »inspiratio«, was wörtlich »einatmen« oder »vom Göttlichen eingehaucht bekommen« bedeutet.

Die Griechen benutzten das Wort »Pneuma«, das sowohl »Geist« als auch »Atem« bezeichnete. Insbesondere die Stoiker verwendeten diesen Begriff, um den lebensspendenden, belebenden Geist oder die schöpferische Kraft im Menschen zu beschreiben.

In gleicher Weise versteckt sich in der englischen Sprache ein Derivat des Wortes »spirit« im Wort »respiration« (Atmung).

Sprachliche Verknüpfungen wie diese verraten, dass die Menschen seit Tausenden von Jahren eine Verbindung zwischen »Kreativität«, »Inspiration«, »Geist« und »göttlichem Einhauchen« zu erahnen schienen.

Die Griechen gingen sogar so weit, diese schöpferische Quelle in Gestalt der »Musen« zu vermenschlichen. Sie gingen davon aus, dass alle schöpferischen Kräfte von diesem Pantheon der Göttinnen ausgingen – von Kalliope (Muse der epischen Dichtung), Euterpe (Muse der Musik) und Thalia (Muse der Komödie).

Diese Vorstellungen haben sich in verschiedenen Formen bis in unsere heutige Zeit übertragen. Ich erinnere mich, dass es während meiner Zeit in der Kirche üblich war, zu sagen, dass man »vom Heiligen Geist geleitet« wurde, wenn man ein Lied schrieb oder eine Predigt hielt.

Sogar in der säkularen Kultur haben Künstler Menschen aus Fleisch und Blut zu ihren Musen gemacht, die regelmäßig Gegenstand ihrer Gemälde, Gedichte oder Lieder wurden. Diese Künstler gehen davon aus, dass ihre Arbeit durch die Übertragung von Energie, Geist oder Pneuma an Vitalität gewinnt, nur weil sie regelmäßig Zeit in der Gegenwart der von ihnen gewählten Musen verbringen.

Mir scheint das alles darauf hinzudeuten, dass wir, um kreativ zu sein, inspiriert, beseelt oder angehaucht werden wollen, damit wir alles Nötige erhalten, um etwas erschaffen zu können.

Wie oft schon haben wir auf leere Leinwände und leere Seiten gestarrt, frustriert darüber, dass so rein gar nichts fließt, und uns gefragt, ob die Musen uns verlassen haben? Liegt es vielleicht daran, dass wir versuchen, etwas auszusprechen, bevor wir tief einatmen?



Wie atmet man also kreativ ein? Nun, für mich kommt es darauf an, dass wir uns Raum für uns selbst schaffen, ohne Agenda.

Ist Ihnen schon einmal aufgefallen, dass Sie Ihre besten Ideen unter der Dusche haben? Der Grund dafür scheint mir einfach. Wir leben in einer Zeit, in der wir ständig mit Reizen überschüttet werden, die uns ablenken. Wir haben immer einen Bildschirm vor uns, sei es unser Computer, unser Telefon

oder der Fernseher, und wir nehmen ständig einen scheinbar nicht enden wollenden Strom von Informationen und Unterhaltung auf.

Aber wenn Sie unter die Dusche springen, ist das alles weg, dann sind nur noch Sie da. Für ein paar Minuten sind Sie allein, nur das Geräusch des fließenden Wassers ist zu hören, und oft gibt es diesen Moment, in dem Sie sich einfach entspannen, die Augen schließen und das Gefühl genießen. Es ist einer der seltenen Momente, die sich die meisten von uns nehmen, um in unserer modernen Welt wirklich allein und in Ruhe zu sein. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass das Gehirn in diesen »leeren Momenten« beginnt, Ideen zu entwickeln. Können wir daraus etwas lernen, das wir öfter wiederholen könnten?

Wenn wir über diese ruhigen Momente und den von ihnen geschaffenen »geistigen Erholungsraum« nachdenken, dann besteht der Trick sicher darin, diese Räume einfach öfter zu erschaffen. Wenn wir uns uninspiriert und ziellos fühlen, müssen wir lernen, so lange Dinge aus dem Weg zu räumen, bis unser Geist das tun kann, was er am besten kann: neue Ideen entwickeln.

Aber haben wir dieses Prinzip einmal verstanden, lauert gleich eine Falle auf uns – und das ist der Grund, warum ich oben den Ausdruck »ohne Agenda« verwendet habe. Wenn wir diesen leeren geistigen Raum für uns selbst erschaffen haben, entsteht eine Art grenzenloses, freies Denken. Und der Grund dafür, dass wir uns dann inspirieren lassen und Ideen entwickeln, ist, dass wir nicht in den engen Bahnen denken, in denen wir unsere Gedanken normalerweise bewusst lenken.

Wie oft schon mussten Sie in Ihrem Leben ein Problem lösen und saßen stundenlang da, grübelten besorgt darüber nach, in der Hoffnung, eine Lösung zu finden, aber es kam nichts Neues dabei heraus? Wir verwenden sogar Ausdrücke wie »sich das Hirn zermartern«, um die sich wiederholende geistige Tortur zu beschreiben, der wir uns unterziehen, um eine Lösung zu erzwingen.

Später machen Sie vielleicht einen Spaziergang, denken nicht wirklich über das Problem nach, und dann ergibt sich in einem Heureka-Moment die Lösung ganz von selbst. Sie waren sich nicht einmal bewusst, dass Sie an das Problem dachten, aber plötzlich ist die Lösung einfach da. Wenn wir gestresst sind, weil wir uns gedanklich festgefahren haben, versuchen wir manchmal, eine Lösung zu erzwingen. Dann treibt unser Bewusstsein unsere Gedanken durch die immer gleichen, ausgetretenen Pfade, in Erwartung, dass etwas Neues passiert. Aber wenn wir aufhören, die Lösung durch bewusstes Nachdenken zu erzwingen, und unserem Unbewussten erlauben, einen Weg nach vorne zu finden, arbeitet unser Gehirn geschmeidiger und kreativer und kann so neue Ideen entwickeln.

Die Falle, von der ich oben sprach, liegt darin, dass wir dieses Prinzip verstehen. Dann machen wir längere Spaziergänge, meditieren oder fahren ein paar Tage weg, um uns zu entspannen. Aber: Wenn wir dabei unsere Agenda mitnehmen, arbeiten wir immer noch mit unserem bewussten Verstand. Wenn wir uns irgendwo ein paar Stunden allein hinsetzen, im Bewusstsein, dass wir eigentlich nur Inspiration suchen, dann hält uns eben dieses Bewusstsein über das zu lösende Problem vom Finden dieses leeren Raums ab. Stattdessen berauben wir uns selbst der Ruhe dieser Momente, überprüfen immer wieder, ob wir eine neue Idee haben, sorgen uns, »ob es funktioniert«, warten ungeduldig auf »Ergebnisse«.

Aber so funktioniert das einfach nicht. Die Freiräume, die wir uns schaffen, dürfen keine Agenda haben, und wir sollten sie dauerhaft in unseren Alltag integrieren. Sie sollten kein Gim-mick sein, zu dem wir nur greifen, weil wir in eine Sackgasse geraten zu sein glauben. Damit das auch klappt, müssen wir regelmäßig üben, uns diesen geistigen Freiraum ganz ohne Agenda zu erschaffen.

Ein weiteres verbreitetes Problem ist, dass viele von uns Angst davor haben, Zeit allein und in aller Stille zu verbringen. Es ist uns unangenehm.

Vielleicht gibt es etwas in uns, vor dem wir weglaufen und das immer dann auftaucht, wenn wir allein sind.

Vielleicht werden wir von Erinnerungen an unsere Vergangenheit heimgesucht.

Vielleicht nutzen wir den »sozialen Lärm« netter Gesellschaft oder eine Fülle anderer Reize, um uns selbst und den Dingen, mit denen wir uns nicht auseinandersetzen wollen, aus dem Weg zu gehen.

Vielleicht erklärt dies das verbreitete Kleben an unseren Mobiltelefonen, die wir suchtartig aus der Tasche ziehen, wenn wir auch nur für ein paar Sekunden allein sind. Das ist nicht böse gemeint. Ich mache das genauso und muss mich selbst ermahnen, wenn ich diese leeren Momente in meinem Leben übertöne.

Jeder Künstler, egal welcher Couleur, muss als Erstes beginnen, sich mit seinen Problemen auseinanderzusetzen und sich mit sich selbst anzufreunden, damit der Aufenthalt in diesem Freiraum nicht nur erträglich, sondern erstrebenswert wird. Das ist wirklich der einzige Weg, um zu vermeiden, dass man zum klischeehaft gequälten Künstler wird, der nicht kreativ

sein kann, weil er uninspiriert ist und seine Dämonen ihn nicht in Ruhe lassen wollen. Wenn es unser Ziel ist, schöne Dinge zu schaffen, dann müssen wir diesen Weg einschlagen.

Ich erzähle Ihnen nichts, was die Menschen nicht schon seit Jahrtausenden wissen. Praktisch jede Tradition und Kultur auf der ganzen Welt weiß, wie wichtig es ist, sich Raum für sich selbst zu schaffen.

Die Teenager der amerikanischen Ureinwohner wurden allein in die Wildnis geschickt, um zu fasten und sich selbst zu begegnen, um zuzuhören und um zurück in der Gemeinschaft von ihrer Vision zu erzählen, hoffentlich zum Nutzen aller.

Die Naga Sadhus leben nackt und in Asche gehüllt, abgeschieden von der Gesellschaft an den Ufern des Ganges, und Menschen aus aller Welt reisen zu ihnen, um zu erfahren, was sie in dem leeren Raum, den sie für sich selbst geschaffen haben, gehört haben.

Es gibt Geschichten, denen zufolge die Kaiser Chinas Einsiedler in der Wildnis aufsuchten, um ihren Rat einzuholen und ihrem wahrhaftig erfrischenden Geist zu lauschen.

Christliche Asketen suchten sich abgelegene Wüstenhöhlen und felsige Küsteninseln als Orte, um sich vom Lärm des täglichen Lebens abzugrenzen und so besser Gottes Botschaft vernehmen zu können.

Von Jesus selbst ist überliefert, dass er 40 Tage und Nächte lang in die Wüste ging, um zu fasten, allein zu sein und sich seinen Dämonen zu stellen, bevor er seine Lehrtätigkeit begann. Er wusste, dass erst etwas in ihn hineingeatmet werden musste.

Offensichtlich ist uns allen intuitiv klar, dass Menschen, die diesen Raum schaffen, dem Rest von uns wichtigere Dinge zu sagen haben. Wenn wir eingatmet haben, wenn wir inspiriert sind (in Anlehnung an »respiration«, »Atmung«), haben wir oft etwas mitzuteilen, was andere in der Hektik des Alltags vielleicht übersehen haben, und das kann die Dinge, die wir schaffen, nur bereichern.

Damit will ich nicht sagen, dass Sie in die Wildnis verschwinden sollen (aber ich will Sie auch nicht davon abhalten). Ich persönlich möchte so weiterleben wie bisher. Aber all das erinnert mich daran, dass mein Leben nicht zu geschäftig oder zu laut werden darf, wenn ich mit meiner Kreativität ernsthaft etwas Gutes erschaffen möchte. Ich kann mich nicht über fehlende Inspiration beschweren, wenn ich nicht innegehalten und mir bewusst Raum für mich selbst genommen habe. Denn sowohl die Ursache als auch die Lösung sind hier auf schmerzhaft Weise offensichtlich.

Die Musen laufen uns nicht hinterher und bewerfen uns mit frische Ideen und Inspirationen, während wir in die andere Richtung rennen und uns das Hirn mit Ablenkungen und Reizen zuballern. Sie verlangen, dass wir innehalten und einen Raum der Erholung und Stille schaffen, bevor sie uns ihre Gaben schenken. Wir kommen da nicht drum herum.



Ich habe ein paar grundlegende Praktiken, die ich in mein Leben einbaue.

Die erste ist, dass ich Auszeiten nehme.

Ein paar Mal im Jahr versuche ich, allein wegzufahren, und sei es nur für ein paar Tage. Ich reise dabei nicht um die Welt und übernachtete nicht in schicken Hotels. Zum Teil, weil ich den

finanziellen Aufwand für diese Reisen nicht rechtfertigen kann, vor allem aber, weil meiner Meinung nach Rückzugsorte am besten einfach sind. Vielleicht buche ich eine kleine Hütte irgendwo weitab vom Schuss, mit ein bisschen Komfort, um Ablenkungen zu vermeiden. Auch allein zu campen oder zu wandern ist eine gute Möglichkeit, sich zurückzuziehen. Es geht einfach darum, das Gewohnte hinter sich zu lassen, die Tapeten zu wechseln und Raum für sich selbst zu schaffen.

Zweitens gehe ich viel spazieren.

Man muss nicht viel Zeit investieren, um sich Raum zu nehmen – ein bisschen, dafür regelmäßig, reicht vollauf. Ich verstehe, dass so ein Rückzugsort für viele Menschen ein Luxus ist und eine Investition von Zeit oder Geld erfordert, die man sich im Moment vielleicht nicht leisten kann. Aber spazieren zu gehen, das ist doch etwas, was wir alle tun können, oder?

Ich habe eine Freundin, die von »Mikro-Urlaub« spricht. Wenn ihr der Tag zu viel wird, setzt sie sich einfach für eine halbe Stunde mit einem Buch in ein Café. Das ist ihr Mikro-Urlaub: eine Auszeit – egal wie kurz –, um einmal rauszukommen und sich zu erholen. Mein liebster Mikro-Urlaub ist ein Spaziergang. Das ist meine bevorzugte Methode, um Stille zu schaffen.

Was ist eine Pilgerreise schließlich anderes als ein langer Spaziergang mit einer gesunden Dosis Einsamkeit, um uns selbst zu begegnen und neue Dinge zu erfahren? Natürlich hat jede religiöse Tradition ihre eigenen Schwerpunkte und Inhalte, aber ob man nun auf dem Weg nach Mekka oder auf dem Jakobsweg in Spanien wandert oder an einem Sonntagnachmittag an der Themse in London entlangspaziert, die Grundidee ist dieselbe: Die Menschen haben schon vor langer Zeit erkannt, dass ein guter Spaziergang und etwas Zeit für sich selbst Neues freisetzen können.



Ganz gleich, wie Sie sich diesen Raum nehmen, es gibt einen sehr praktischen Tipp, den ich Ihnen geben kann und den jeder, der irgendeine Form der Meditation praktiziert, bereits kennt: Konzentrieren Sie sich auf Ihre Atmung.

Bevor Sie jetzt denken, ich würde hier völlig abheben oder verlangen, dass Sie einer Sekte beitreten oder einen Guru gegen Geld Ihr individuelles Mantra erstellen lassen: Ich glaube nicht, dass das ganze Beiwerk, das sich um das Thema »Meditation« herum entwickelt hat, so wichtig ist. Die Tatsache, dass die verschiedenen Formen von Spiritualität dieselben Methoden in unterschiedlicher Ausprägung praktizieren, zeigt uns, dass es sich um eine universelle menschliche Praxis handelt, die keiner einzelnen Gruppe zuzuschreiben ist.

Der Grund für die Konzentration auf die Atmung ist kein magischer, sondern ein ganz pragmatischer. Unser Verstand wird versuchen, uns in die Zukunft zu ziehen, wo wir uns Sorgen um die nächsten Rechnungen machen, oder in die Vergangenheit, wo uns jemand Unrecht getan hat. Aber dieser Raum der Erholung im Geiste, dieser fruchtbare Boden für neue Ideen, erfordert, dass wir im leeren und offenen Augenblick verharren. Wenn Ihr bewusster Verstand also – unweigerlich – abschweift, brauchen Sie etwas, das in diesem offenen »Jetzt« geschieht, um Sie zurückzuholen. Nun, da Sie sowieso atmen müssen, warum konzentrieren Sie sich nicht darauf?

Das Heben und Senken Ihres Brustkorbs.

Das Gefühl, wie die Luft in die Lunge ein- und ausströmt.

Das Gefühl, lebendig zu sein, zu atmen.

»Re-In-Spiration«, wenn Sie so möchten.

Ich möchte Ihnen nicht versprechen, dass Sie jedes Mal, wenn Sie einen solchen Raum für sich schaffen, mit Ideen überschwemmt werden, denn das wäre unehrlich. Aber ich sage Folgendes: Die meisten meiner besseren kreativen Ideen und Eingebungen sind in Momenten entstanden, in denen ich das Lärmen meines bewussten Verstandes ausgeschaltet und meinem Unterbewusstsein erlaubt habe, die Führung zu übernehmen.

Das kann ein Spaziergang gewesen sein.

Vielleicht habe ich mich für ein paar Tage irgendwohin zurückgezogen.

Vielleicht waren es auch nur zehn Minuten unter der Dusche.

Wie auch immer wir es anstellen, wir müssen lernen, kreativ einzuatmen.



Aber nicht alle In-Spirationen entstehen durch das Schaffen von Leerraum. Ein weiterer wichtiger Weg, unsere Ideen zum Fließen zu bringen, besteht darin, die Werke anderer wie Treibstoff zu konsumieren. Indem wir uns an den kreativen Stimmen um uns herum erfreuen und ihren gesprochenen Logos aufnehmen, werden wir verändert und dazu inspiriert, auch unsere eigenen großen Wahrheiten auszusprechen.

Ich glaube fest daran, dass man das zurückbekommt, was man gibt. Das Geben öffnet den Geist auf besondere Weise, es gibt einem etwas zu sagen und prägt die Art und Weise, wie man die Welt sieht. Viele von uns, die mit einer Kunstform beginnen, verbringen ihre Zeit damit, Techniken zu lernen. Dabei lassen sich schnelle Erfolge erringen, und daran ist natürlich nichts auszusetzen. Wir müssen technisch versiert sein und die Fähigkeiten des von uns gewählten Mediums beherrschen.

Aber diese Zeit, in der wir uns selbst Techniken beibringen, muss sich in Balance befinden mit der Zeit, in der wir uns mit den Werken anderer Künstler beschäftigen.

Ich habe zum Beispiel beim Schreiben dieses Buches regelmäßig Pausen eingelegt, um mich hinzusetzen und zu lesen, vor allem, wenn ich nicht weiterkam. Die Bücher, die ich las, hatten nichts mit dem Thema dieses Buches zu tun, aber allein das Einatmen der Texte anderer half mir, meine eigenen auszuatmen.

Inspiration ist ansteckend.

Wie oft haben Sie, liebe Fotografen, ein großartiges Bild eines anderen Fotografen gesehen, das Sie dazu gebracht hat, Ihre Kamera zu nehmen und loszuziehen, weil sich Ihr Verständnis von dem, was möglich ist, plötzlich erweitert hat?

Und das »Eintauchen« in das, was andere geschaffen haben, muss nicht auf die Kunstform beschränkt sein, mit der wir uns beschäftigen. Es gibt Gedichte, die von Gemälden inspiriert wurden, Lieder, die von Geschichten inspiriert wurden, Filme, die von Fotografien inspiriert wurden, und alles dazwischen. Wir sollten uns nicht selbst einschränken, aber wir müssen bewusst konsumieren, denn wenn wir nicht aufpassen, kämpfen wir am Ende doch wieder nur gegen ablenkenden Lärm.

Was wir machen, ergibt sich aus dem, was wir sind, und die Arbeit, die uns inspiriert, wird uns formen. Deshalb nehme ich die Entwicklung meiner selbst, meines Geistes und meiner Weltanschauung sehr ernst, denn meine Fotografie, mein Filmmachen und mein Schreiben ergeben sich aus dem, was ich bin und wie ich sehe. Darüber hinaus möchte ich um meiner selbst willen ein interessanter, interessierter, wacher und bewusster Mensch sein, und die Beschäftigung mit den Werken

anderer »Macher von Dingen« hat auf eine Art und Weise, die ich wahrscheinlich nie ganz verstehen werde, zu dem beigetragen, was ich bin.

Ich betrachte mich also als Autodidakt, was nur ein schickes Wort für jemanden ist, der sich aus Selbstverantwortung ständig neue Dinge beizubringen versucht. Ich bin ein Selbst-Lerner.

Um ganz ehrlich zu sein, war ich in der High School kein Überflieger. Ich habe mich durch die Abschlussprüfungen in Südafrika gequält, viele davon auf der Standardstufe (die leichtere Tests und Prüfungen beinhaltet). Ich war unendlich frustriert darüber, dass Bildung eher ein Test für das Kurzzeitgedächtnis zu sein schien als alles andere. Als ich jedoch die formale Bildungsschiene verlassen hatte und plötzlich ohne Verpflichtungen – wie etwa beim Schreiben einer Buchbesprechung – jedes Buch lesen konnte, das ich wollte, eröffnete sich mir eine aufregende Möglichkeit. Ich konnte meinen eigenen Lehrplan entwerfen, um für mein Leben zu lernen.

Ich gab mir selbst auf, Bücher zu Themen zu lesen, die mich wirklich interessierten, wie z.B. Geschichte und die Biografien von Menschen, die die Gesellschaft vorangebracht hatten. Ich lese Bücher über Spiritualität, Philosophie und Psychologie, um zu erfahren, wie wir als Spezies verdrahtet sind und wie wir seit ehedem versuchen, die großen Fragen zu beantworten. Ich lese Bücher über Mythologie, weil ich glaube, dass wir durch das Verständnis der Geschichten, die die Menschen erzählen, auch verstehen können, was uns wichtig ist. Und im Gegenzug hoffe ich, dass ich mit meiner Arbeit irgendwann selbst über diese Dinge sprechen kann.

Es mag Sie überraschen, dass ich als Fotograf nicht viele Foto-bücher lese. Aber ich glaube, dass die Bücher, die ich lese, ein wohlüberlegter Weg sind, meiner Faszination für Menschen und ihre Ideen, Antriebe und Überzeugungen nachzugehen. Ich hoffe, dass ich, wenn ich meinen Kopf mit diesen Dingen fülle, Perspektiven und Ziele für meine Arbeit mit der Kamera gewinne. Ich verstehe, dass Lesen nicht jedermanns Sache ist (wobei ich davon ausgehe, dass das nicht auf Sie zutrifft, weil wir uns jetzt über dieses Buch austauschen). Aber ich bin in den letzten zehn Jahren immer mehr von der Bedeutung des Lesens überzeugt worden. Mehr als jedes andere Medium hat Lesen mein Weltbild erweitert und mich gelehrt, klarer zu sehen.

Vor ein paar Jahren habe ich an einem Online-Filmkurs mit dem unnachahmlichen Werner Herzog teilgenommen. Für den Kurs empfahl er ein bestimmtes Buch. Man könnte annehmen, dass es sich dabei um einen dicken Wälzer über die Geschichte des Filmemachens oder ein umfangreiches Handbuch über Filmmethoden gehandelt hätte, aber tatsächlich war es ein ziemlich unscheinbares Buch namens *Der Wanderfalke* von J. A. Baker. Das 1967 erschienene Buch beschreibt in schöner Prosa die Wanderfalken, die zu der Zeit, als Baker dort lebte, in der Wildnis von Essex heimisch waren. Was Herzog mit diesem Buch zeigen wollte, war: Die Beschreibungskraft des Autors bei diesem einzigartigen Thema ist phänomenal, aber er konnte nur deshalb so schreiben, weil er zuerst gelernt hatte zu sehen.

Herzog begann den Kurs in seinem bezaubernden bayerischen Akzent: »Mein bester Rat an alle Filmemacher lautet: Lesen, lesen, lesen, lesen, lesen, lesen, lesen!« Die erste Übung, die er der Klasse gab, war übrigens »100 Meilen in jede Richtung

zu laufen«. Das war's. Nicht filmen oder fotografieren, nur laufen. Dieser Mann beschloss 1974, von München nach Paris zu laufen, um seine sterbende Mentorin Lotte Eisner zu besuchen. Es standen ihm viele Transportmittel zur Verfügung, aber er entschied sich dafür, die Strecke mitten im Winter nur mit einem Kompass und einem Seesack zu Fuß zurückzulegen, und diese Reise hat ihn, neben vielen anderen, das Sehen gelehrt und ihn zu dem Filmemacher gemacht, der er heute ist. Er schrieb ein wunderschönes Tagebuch über diese Reise, das später unter dem Titel *Of Walking in Ice* veröffentlicht wurde, falls Sie etwas tiefer eintauchen möchten.

Falls ich einer Erinnerung bedurfte – und das tue ich oft –, dann war das alles in Herzogs Kurs enthalten: Lesen, Gehen, Sehen lernen, Raum schaffen.

Ein weiteres Medium, das in meinem selbstgebauten Lehrplan eine wichtige Rolle spielt, ist Film. Meisterhafte Regisseure haben mir beigebracht, wie man eine Geschichte visuell erzählt und wie man das Tempo steuert. Meine Lieblingskameramänner und -frauen haben mir Arbeiten gezeigt, die mich endlos zu eigenen Arbeiten inspiriert haben. Die besseren Drehbuchautoren haben mir Dinge über das Leben und die Menschen beigebracht, wie es die Psychologie nie könnte, denn sie haben mich die Wahrheit darüber spüren lassen, was wir sind, jenseits aller Wissenschaft. Ihre Arbeit hilft mir, ein besserer Filmemacher, Fotograf und Geschichtenerzähler zu werden. Deshalb schaue ich regelmäßig Filme, die vielleicht mehr Geduld und Konzentration erfordern, von denen ich aber weiß, dass sie mir neue Möglichkeiten eröffnen.

Ich höre auch Podcast-Interviews mit interessanten Menschen, weil ihre Vorstellungen über das Leben meine eigenen herausfordern und mich zwingen, mit den Augen anderer zu sehen. Ich besuche Museen. Offen gesagt, bleibe ich oft nicht lange.

Wenn ich weiß, dass ich zu einem anderen Zeitpunkt wieder hinein kann, besuche ich meist nur ein oder zwei Räume und gehe wieder, um beim nächsten Mal andere auszuprobieren. Andernfalls weiß ich, dass ich einen Sättigungspunkt erreichen und aufhören würde, das, was ich sehe, aufzunehmen. Sie wissen ja schon aus dem letzten Kapitel, dass der Rembrandt-Saal in der National Gallery einer meiner Lieblingsräume ist.

Ich liebe es, Live-Musik zu hören, wenn auch nicht unbedingt große Konzerte in Stadien oder Arenen. Meine Favoriten sind Singer-Songwriter, die mit kleinem Gepäck unterwegs sind und ihren Logos einfach in Liedern ausdrücken.

Ihre Liste wird anders aussehen als meine, aber der Punkt ist, dass Sie Ihren eigenen Lehrplan erstellen, der Sie mit Kunst nährt, die Ihre Perspektive erweitert. Also kultivieren Sie Ihre Neugier und atmen Sie alles ein. Ich verspreche Ihnen, dass dies die kreative Luftsäule sein wird, die Sie brauchen, und die die Quelle der Ideen bildet, aus der Ihre beste kreative Arbeit fließen wird. Wenn Sie sich selbst und ohne Agenda Gesellschaft leisten, lernen Sie sich selbst besser kennen und wissen, was Sie Einzigartiges zu bieten haben. Und wenn Sie mehr über die Welt lernen, in der Sie leben, können Sie umso besser verstehen, was es bedeutet, ein Mensch zu sein. Und Sie werden in der Lage sein, durch Ihre einzigartigen Gaben Ihren Logos zu uns sprechen zu lassen.

Das alles ist das kreative Einatmen. Die In-Spiration. Man kann sie nicht umgehen, denn wie mein Gesangslehrer immer zu sagen pflegte: »Du kannst keinen Ton singen, wenn du nicht vorher genug Luft eingatmet hast, um ihn zu unterstützen.«

Vielleicht müssen Sie längere Spaziergänge machen oder sich öfter allein zum Kaffee treffen. Vielleicht müssen Sie für ein paar Tage, ein paar Wochen, ein paar Monate wegfahren. Sie

werden sich mit sich selbst anfreunden müssen. Sie müssen lernen, sich in diesem leeren Raum wohlfühlen. Aber ich verspreche Ihnen, dass Ihre kreativen Bemühungen Blüten treiben werden, wenn Sie sich die Mühe machen.

Wenn Sie lernen, in Ruhe zu sein.

Einfach zu sein.

Einfach zu atmen.

# *Stimme*

Neulich rief ich aus irgendeinem langweiligen verwaltungstechnischen Grund bei meiner Bank an, und gleich zu Beginn des Gesprächs wirkte der Herr am anderen Ende übermäßig gesprächig. Er wollte mich nicht gleich zu der Sache kommen lassen, wegen der ich ihn angerufen hatte, und stellte mir ständig Fragen über das Wetter, die Politik und wie mir das Leben in London so gefalle.

Ich begann, ihn zu bemitleiden. Ich dachte daran, wie langweilig sein Job sein müsse und dass er sich vermutlich ziemlich isoliert fühlt, wie er so den ganzen Tag in einem Büro sitzt und telefoniert. Also beschloss ich, etwas Geduld aufzubringen und ihm Zeit einzuräumen, weil er offensichtlich einfach nur froh war, mit jemandem über etwas anderes als Bankguthaben und Zinssätze sprechen zu können.

Doch während ich mir noch selbst für meinen Langmut und meine Empathie auf die Schulter klopfte, unterbrach er mich plötzlich und sagte: »Danke, Mr. Tucker.«

Plötzlich wurde mir klar, dass er gar nicht mit mir plaudern wollte, sondern nur seinen Job machte. Er hielt mich so lange am Reden, bis sein Computer meine Stimme identifiziert und ihm bestätigt hatte, dass ich derjenige war, für den ich mich ausgab.

So einzigartig sind menschliche Stimmen. Wir haben unseren Computern beigebracht, mich von Ihnen und den Milliarden anderer Menschen auf diesem Planeten zu unterscheiden, indem sie einfach meiner spezifischen Art zu sprechen lauschen. Tatsächlich sind mein Akzent, meine Kadenz, meine Resonanz und meine Intonation so unwiederholbar, dass meine Bank sie gerne als eine Form der positiven Identifizierung verwendet.

Ich finde die menschliche Stimme faszinierend. Wir alle nutzen denselben biologischen Mechanismus, um Luft in unsere Lungen zu saugen. Der Vorgang sieht gleich aus und klingt meist auch gleich, aber in dem Moment, in dem wir die Luft durch unsere Stimmbänder pressen, gibt es plötzlich unendlich viele Varianten der menschlichen Stimme.

Ihre Stimme hat einen einzigartigen Ton und ein einzigartiges Timbre, eine ganz eigene Stimmlage und Resonanz.

Ihr Alter formt im Laufe der Zeit Ihre Stimme.

Ihr biologisches Geschlecht beeinflusst die Tonhöhe Ihrer Stimme.

Ihre Sprache und Ihre Kultur geben die Laute vor, die Ihnen leicht fallen, während Ihre direkte Umgebung den Akzent formt, der Ihre Art und Weise zu sprechen »einrahmt«. Sogar Ihre Persönlichkeit spielt eine Rolle, wenn es um die Lautstärke, das Tempo und die Intensität geht, mit der Sie Ihre Stimme einsetzen.

In gleicher Weise haben Sie eine einzigartige kreative Stimme, die hörbar wird durch die Dinge, die Sie erschaffen. Auch wenn der Weg dorthin lang und chaotisch sein kann, haben Sie im vorigen Kapitel kreativ eingatmet, und jetzt ist es an der Zeit, herauszufinden, wie diese Stimme klingt.



Lassen Sie mich erzählen, wie ich einen Aspekt meiner eigenen kreativen Stimme entdeckte.

Ich begann mit Streetfotografie zu einer Zeit, als mein normaler Job mich kreativ frustrierte. Ich arbeitete zwar als Fotograf, aber meine Aufgabe war es, von früh bis spät Sofas für einen Online-Shop abzulichten. Ich verbrachte also einen Groß-

teil meiner Zeit in kalten Lagerhallen, um bis zu 50 Sofas pro Tag zu fotografieren, jedes aus genau denselben sechs Winkeln, damit auf der Website alles schön einheitlich aussah.

Meine Arbeit war dabei so von Technik und Wiederholung geprägt, dass ich meine Kamera gar nicht mehr in die Hand nehmen mochte, und das machte mir Sorgen. Ursprünglich hatte ich diesen Weg aus Begeisterung für die Fotografie eingeschlagen, und ich merkte, dass ich auf dem besten Weg war, diese Kunstform ganz aufzugeben, wenn ich nicht etwas Entscheidendes tun würde.

Also beschloss ich, mich neben meinem normalen Job einem einfachen Fotoprojekt zu widmen, um meine Liebe zu diesem Medium aufrechtzuerhalten.

Viel Zeit erübrigen konnte ich nicht, aber dann wurde mir klar, dass ich jeden Tag 30 Minuten zum Bahnhof und zurück lief. Das war insgesamt eine Stunde, in der ich mehr tun konnte, als nur von A nach B zu gehen. Ich nahm mir vor, diese tägliche Strecke zu nutzen, um Fotos von den Dingen zu machen, die ich sah, mit dem Ziel, mindestens ein Bild pro Tag zu machen, mit dem ich zufrieden war.

Ich handhabte diese Übung ganz bewusst möglichst locker. Ich wollte auf »untechnische« und chaotische Weise kreativ sein, indem ich einfach nur reagierte. Ich brauchte einen Ausgleich zu der starren Art und Weise, auf die ich bei meiner täglichen Arbeit Kameras, Licht und Komposition einsetzen musste. Ich entschied mich sogar dafür, mit meiner Handykamera anstelle meiner schicken Arbeitskamera zu fotografieren, weil ich so mehr Spielraum hatte und mich selbst weniger ernst nehmen konnte. Ich machte mir keine Gedanken über die perfekte Belichtung oder den perfekten Bildausschnitt, sondern fotografierte einfach ganz intuitiv beim Gehen. Diese

simple kleine Aufgabe bewahrte mich davor, die Kamera ganz aus der Hand zu legen, und führte mich zurück zu den kreativen Möglichkeiten, die die Fotografie bietet.

Es machte mir sogar so viel Spaß, dass ich an den Wochenenden loszog um auszuprobieren, wie weit ich es im altherwürdigen Genre der Streetfotografie bringen würde. Aber ich sah mich sofort mit einem Problem konfrontiert. Zweimal fragten mich Leute, was ich fotografiere. Sie kannten die gesetzlich verbrieften Freiheiten nicht, die Streetfotografen im Vereinigten Königreich genießen, wurden angriffslustig und sagten, ich dürfe Menschen und Szenen in der Öffentlichkeit nicht fotografieren und dass sie die Polizei rufen würden.

In beiden Fällen gelang es mir, die Situation zu entschärfen. Ich blieb ruhig und freundlich, zeigte den Leuten Websites mit den entsprechenden Gesetzestexten und erklärte ihnen, dass Streetfotografie eine seit Langem bestehende Kunstform und in dieser kleinen Ecke der Welt völlig legal sei. Diese Konfrontationen hinterließen bei mir jedoch einen bitteren Nachgeschmack. Mir wurde klar, dass traditionelle Streetfotografie einen bestimmten Persönlichkeitstyp voraussetzt, und zu mir als introvertiertem Menschen passte sie vielleicht nicht so gut.

Ich erinnere mich vor allem an einen Tag, der mir meine Reserviertheit gegenüber diesem Genre deutlich machte. Ich war mit einem befreundeten Fotografen namens Ondrej unterwegs, und wir kamen gerade aus Soho und Chinatown und beschlossen, zum Trafalgar Square zu gehen. Als wir dort ankamen, bot sich uns ein surrealer Anblick. Der Platz war brechend voll. Sunderland-Fußballfans, viele von ihnen ziemlich betrunken, hatten den gesamten Platz okkupiert und feierten, indem sie Lieder sangen, Fahnen schwenkten, in die Springbrunnen sprangen und Fußbälle in die Luft warfen.

Ich sollte wohl erwähnen, dass Ondrej, wenn er nicht gerade Streetfotografie betreibt, in Kriegsgebiete reist, um dort an der Front zu fotografieren, sodass ihn das Chaos, in das wir gerade geraten waren, nicht im Geringsten abschreckte. Tatsächlich leuchteten seine Augen auf, als wir näher kamen, und in Sekundenschnelle huschte er durch die Menge und machte Aufnahmen von den betrunkenen Feiernden, die sich gegenseitig anrempelten und drängelten, und zum Lohn schoss ihm sogar jemand aus nächster Nähe einen Fußball direkt ins Gesicht.

Ondrej klagte zwar darüber, dass seine Kamera einen heftigen Stoß abbekommen hatte und er seine linke Gesichtshälfte nicht mehr spüren konnte, aber er grinste dabei von einem Ohr zum anderen und konnte einige interessante Bilder vorweisen. Ich hingegen hatte keine Aufnahmen gemacht. Das war auch ganz allein meine Schuld, denn ich hielt mich die ganze Zeit am Rande der Menge auf, beobachtete sie vom Rand aus, weil ich zu eingeschüchtert war, um mich wie Ondrej ins Getümmel zu stürzen. Stattdessen hatte ich versucht, von einem sichereren Punkt aus überzeugende Aufnahmen zu machen, was natürlich nicht klappen konnte.

Sie sehen, ich mag keine Menschenmengen. Als introvertierter Mensch fühlte ich mich in lauten, überfüllten Räumen oder bei Auseinandersetzungen mit Menschen, die nichts vom Fotografieren in der Öffentlichkeit halten, einfach nicht wohl.

Wenn Sie Ihre eigene kreative Stimme finden möchten, ist es wirklich wichtig, auf diese Momente zu achten. Wir suchen oft nach den Augenblicken, in denen wir das Gefühl haben, dass alles zusammenpasst und unsere Arbeit uns glücklich macht. Aber wir müssen auch erkennen, wann wir bei dem Versuch, etwas zu erreichen, gegen unsere Persönlichkeit han-

deln. Das könnte dann ein Zeichen dafür sein, dass diese Richtung nichts für uns ist oder dass wir über die Grenzen der traditionellen Kunstform, mit der wir uns gerade beschäftigen, hinausgehen und etwas anderes damit machen müssen. Etwas, das uns als Individuum leichter fällt.

Das habe ich dann auch getan. Ich gab die Streetfotografie nicht auf, ich hörte nur einfach auf, die Bilder zu machen, die die Leute von mir erwarteten (so dachte ich). Und ich fing an, die Fotos zu machen, die sich für mich richtig anfühlten. Ich gebe zu, dass der Prozess am Anfang sehr intuitiv verlief. Ich bin einfach meinem Bauchgefühl gefolgt und habe fotografiert, was mich interessierte. Ich merkte, dass ich mich mehr zu den Formen hingezogen fühlte, die durch hartes Licht und Schatten entstanden, als zu den Menschen um mich herum. Die wurden in meinen Bildern immer kleiner und dienten eher als Maßstab, als dass sie das Hauptinteresse meiner Bilder bildeten.

Ein weiterer Grund, der mich zu dieser Art des Fotografierens brachte, war: Sie schließt potenzielle Konflikte aus. Lief ich wie ein traditioneller Streetfotograf herum, der einzelne Personen fotografiert, würden die Leute zu Recht Fragen stellen, was ich da treibe. Ich hatte jedoch einen Schwerpunkt für meine Bilder gefunden, bei dem ich nicht zuerst nach Menschen suchte, sondern nach interessanten Räumen und Licht. Ich suchte nach einer überzeugenden Komposition und wartete ab, wer oder was dann vorbeikam. Die Leute bemerkten mich zwar noch beim Fotografieren, aber ihre Reaktion war nun eine andere. Wenn sie mich sahen, fragten sie nicht: »Hey, hast du mich gerade fotografiert?« Stattdessen sagten sie: »Es tut mir so leid, dass ich Ihnen durchs Bild gelaufen bin«, nur weil ich vor ihnen da war. Ich hatte einen Weg gefunden, die Konfrontation gegen eine Entschuldigung einzu-

tauschen, die ich einfach mit einem jovialen »Schon ok, ich habe nur auf Sie gewartet« abtun konnte, worauf die Leute kicherten und ihres Weges gingen.

Je mehr ich fotografierte und auf meine Intuition hörte, desto mehr kristallisierte sich ein lockerer Stil heraus. Ich spielte mit hohen Kontrasten, belichtete auf die Lichter und ließ die Schatten in meinen Bildern ins Schwarze fallen. Ich spielte mit den Formen, die durch das Zusammentreffen von Sonnenlicht und Architektur entstehen, und ich positionierte die Menschen in meinen Aufnahmen oft so, dass ihre Gesichter im Schatten lagen. Meine visuelle Stimme gewann mit jedem Klick des Auslösers an Gestalt.

Das hier war keine traditionelle Streetfotografie.

Sie war nicht vergleichbar mit den New Yorker Streetworks von Joel Meyerowitz.

Sie ähnelte nicht den in grelles Blitzlicht getauchten Streetporträts von Bruce Gilden.

Sie hatte keine Ähnlichkeit mit Fred Herzogs sorgfältigen visuellen Studien im Vancouver der 50er-Jahre.

Streetfotografen können ein versnobter Haufen sein. Ich bekam schon früh zu hören, dass ich mich zu weit von der Tradition entfernt hätte, um diese abstraktere Arbeit legitimerweise als »Streetfotografie« bezeichnen zu können. Denn obwohl ich auf der Straße fotografiert hatte, passte das Thema irgendwie nicht in die Definition des Genres.

Ein Teil von mir fragte sich, ob ich zu weit vom Weg abgekommen und selbstgefällig geworden war. Hatte mich mein Bauchgefühl in die Irre geführt?

Aber dann erlaubte mir die Arbeit zweier Künstler, weiter in die angestrebte Richtung zu gehen. Leider werde ich sie nie kennenlernen, denn sie sind bereits tot. Der erste war Fan Ho. Ich hatte noch nie von ihm gehört, bis ich meine Arbeit im Internet zu teilen begann und einige Leute sagten, dass meine Bilder sie an die Fan Hos erinnerten. Also habe ich ihn nachgeschlagen.

Fan Ho war ein chinesischer Fotograf und Filmemacher und ist in Fotografenkreisen wahrscheinlich am bekanntesten für seine Streetfotografie im Hongkong der 50er- und 60er-Jahre. Als ich zum ersten Mal online nach ihm suchte, um herauszufinden, über wen alle reden, war ich sofort von seiner Arbeit beeindruckt. Seine Fotografie war offensichtlich viel raffinierter als meine, aber ich spürte, dass ich mit seinen Arbeiten vertraut war. Außerdem liebte er es, in seinen Bildern mit hartem Licht zu spielen, und seine Motive standen oft im Gegenlicht und blieben so anonym.

Es war ein echter Trost zu wissen, dass jemand anderes bereits den Weg beschritten hatte, auf dem ich mich befand: die Suche nach Formen in Licht und Schatten und der Einsatz von Menschen als Kontext, anstatt sie zum identifizierbaren Thema des Bildes zu machen. Seine Arbeit gestattete mir, fortzufahren. Sie zeigte mir, dass ich nicht übergeschnappt oder vom Weg abgekommen war. Tatsächlich war das, was ich tat, nicht einmal neu, und das war eine Entdeckung, die mir ein gesundes Gefühl von Demut verschaffte. Wir alle stehen auf den Schultern von Riesen, und meine Aufgabe war es nun, weiter zu forschen und meine eigene Stimme in dieser bewährten Richtung herauszuarbeiten.

Der zweite Künstler war Edward Hopper. Sein Namen tauchte ebenfalls immer wieder in den Kommentaren zu meinen Bildern auf, also war es an der Zeit, dass ich mich mit seiner

Arbeit bekannt machte. Ich fand heraus, dass Hopper ein amerikanischer realistischer, vor allem für seine Ölgemälde bekannter Maler war. Er versuchte, das städtische Leben der 50er-Jahre abzubilden und tat dies in seinem eigenen, un-nachahmlichen Stil.

Auch er liebte es, hartes Licht und harte Schatten in seinen Werken wiederzugeben, und er malte oft eine einsame Figur umgeben von viel Raum.

Eine einzelne Person an einem Tisch in einem Café, die nachdenklich in ihre Tasse Tee starrt.

Ein Geschäftsmann, der allein an seinem Schreibtisch sitzend aus dem Bürofenster schaut, in stille Träumerei versunken.

Eine Platzanweiserin im Seitengang eines Kinos, in Gedanken versunken, während im Hintergrund ein Film läuft.

Aber wenn man schon Stadtleben malt, dann sollte man doch auch Menschenmassen und das hektische Treiben der Großstadt zeigen, oder? Warum also hatte sich Hopper dafür entschieden, isolierte Menschen zu zeigen, die sich sehr allein und abgeschnitten fühlen? Wollte er eine Aussage darüber treffen, wie sich viele von uns in solchen Situationen fühlen?

Zusätzlich zu seinem mir vertrauten Einsatz von Licht half mir sein Blick auf isolierte Personen zu erkennen, worauf ich mich intuitiv zubewegt hatte, denn viele meiner Bilder zeigten ebenfalls einzelne Personen allein in der Stadt.

Manchmal, wenn wir etwas erschaffen, sind uns unsere Richtung und unsere Absicht dabei klar. Die übrige Zeit jedoch verlassen wir uns auf unser Bauchgefühl und müssen herausfinden, was wir tun, während wir es tun. Wie ich im vorigen Kapitel angedeutet habe, kann uns das Einatmen der Werke

anderer Künstler dabei helfen, unsere eigene Stimme zu entdecken. In meinem Fall halfen Ho und Hopper posthum einem strauchelnden Fotografen dabei, herauszufinden, was er bereits zu sagen versuchte, indem er auf das Logos in ihren Werken reagierte und sich mit der einzigartigen Art und Weise verband, wie sie die Welt sahen und einfingen.

Als ich mir Fan Hos Einsatz von Komposition und Schatten und Hoppers wiederholte Erkundung isolierter Motive im städtischen Raum ansah, wurde mir plötzlich klar, was ich auf meine eigene Weise zu sagen versucht hatte.

Ich lebe in einer der lebhaftesten Städte der Welt, und mit der Hektik des Stadtlebens konnte ich mich noch nie anfreunden. Als gebürtiger Brite, der in Afrika aufgewachsen war, fühlte ich mich nach meiner Rückkehr vor einigen Jahren in kultureller Hinsicht nicht zu Hause. Es gab definitiv eine Anpassungsphase.

Die meisten britischen Männer in meinem Alter verbringen ihre Zeit lieber in überfüllten Pubs und streiten über ihre Fußballmannschaften, aber mir ist Sport völlig egal, ich bin kein großer Trinker, und ich mag keine lauten Räume, in denen man sich gegenseitig anschreien muss, um gehört zu werden. Ich bevorzuge ein ruhiges Café und ein Gespräch unter vier Augen.

Ich sitze immer am Tisch in der ruhigsten Ecke.

Ich liebe leere Parks.

Ich plane meinen Weg so, dass ich die belebten Durchgangsstraßen meide und stattdessen die weniger vollen Straßen nehme.

Ich genieße es, eine Viertelstunde in einer leeren Kirche zu sitzen, wenn ich ein wenig Zeit totschlagen muss.

Ich sitze gern auf einer Bank auf einem Hügel über dem Lärm der Stadt.

Dort finden Sie mich.

So ein Typ bin ich.

Das bedeutet, dass ich oft allein unterwegs bin, Menschenmassen vom Rand aus beobachte und mich dann und wann in meinem Leben allein und außen vor fühle.

Aber mit der Zeit habe ich mich mit diesem Teil von mir angefreundet. Und anstatt ihn als eine Art Fehler zu betrachten, habe ich gelernt, es zu mögen, dass ich so veranlagt bin. Und dieser Mensch ist es, den ich in den Fotografien Fan Hos und in den Gemälden Hoppers sah. Ihre Arbeiten waren ein Spiegel für mich, und das wiederum half mir über meine eigene Arbeit nachzudenken. Meine Kamera war zu einer Art Therapie geworden, zu einem Werkzeug der Selbstentdeckung. Dieser ruhigere Aspekt meiner Persönlichkeit hatte dazu geführt, dass ich mich in meinen Bildern zu isolierten Motiven hingezogen fühle, zu einsamen Menschen, die sich durch Licht und Schatten in den Räumen der Großstadt bewegen. Ich sehe sie, weil ich mich in ihnen wiedererkenne.

Vielleicht auch mehr als das. Vielleicht habe ich mein eigenes Gefühl der Isolation fotografiert, weil ich mich inmitten der Stadt doch fernab von allem fühle.

Jemand, der beobachtet.

Jemand, der zusieht.

Jemand, der sich allein am Rande des Geschehens bewegt.

Eine einzelne Figur im Grenzbereich zwischen Licht und Schatten.

In einem ganz realen Sinne half mir das Fotografieren der Motive, zu denen ich mich hingezogen fühlte, zusammen mit der Entdeckung von Ho und Hopper und einer gewissen Selbsterkenntnis, zu verstehen, dass ich eigentlich Bilder von mir selbst machte. Ich setzte meine kreative Stimme ein, um Bilder zu schaffen, die meine eigenen Erfahrungen mit dem Leben in der Stadt, in der ich lebe, widerspiegeln. Allein der Akt des Schaffens dieser Bilder gibt mir ein Gefühl von Ordnung im Chaos des Lebens in London, und indem ich diesen Logos anderen anbiete, hoffe ich, den Menschen, die das Leben in der Großstadt auf die gleiche Weise erleben wie ich, etwas Anerkennung und Trost zu spenden.

Ich bin nicht so naiv anzunehmen, dass jeder dies aus meinen Bildern liest. Schließlich habe ich selbst Jahre gebraucht, um das zu erkennen. Die meisten erfreuen sich einfach an der Ästhetik. Aber diejenigen, die bereit sind, ein wenig tiefer zu graben, könnten die Wahrheit erkennen, die ich mit ihnen teile.

Ich glaube nämlich, dass unsere einzigartigen kreativen Stimmen erst aus der Mischung all dieser Dinge entstehen. Künstler machen vor allem zu Beginn häufig den Fehler, zu denken, dass der individuelle Stil oder die kreative Stimme von der gewählten Technik oder den Werkzeugen abhängt. Wir müssen vermeiden, zu viel Zeit mit diesen Überlegungen zu verschwenden, und uns auf unserer kreativen Reise so früh wie möglich mit den größeren Fragen befassen. Andernfalls besteht die Gefahr, dass wir uns in Nebenschauplätzen verlieren. Ob Hopper nun mit Öl-, Aquarell- oder Acrylfarben gemalt hätte, seine Bilder hätten immer noch wie seine eigenen ausgesehen. Sie hätten seine einzigartige visuelle Handschrift und seine Botschaft getragen, ganz gleich, für welche Technik er sich entschieden hätte.

Egal, ob Ho sich für eine Leica oder eine Voigtländer, eine Kleinbild- oder eine Mittelformatkamera entschieden hätte, seine Bilder hätten immer noch wie die seinen ausgesehen, denn eine kreative Stimme entsteht nicht aus Werkzeugen und Techniken.

Das ist harte innere Arbeit, die man nicht in einem Fotogeschäft kaufen oder in einem Online-Tutorial erlernen kann.



Wie also entdeckt man seine eigene kreative Stimme?

Ehrlich gesagt glaube ich nicht, dass es den einen sauberen Weg dorthin gibt, aber ich kann Ihnen einige praktische Vorschläge geben, die für mich funktioniert haben.

Der erste ist, viel zu erschaffen. Dieser Schritt ist alternativlos. Faulheit oder, was wahrscheinlicher ist, Versagensängste können dazu führen, dass wir auf unserem Sofa kleben und darauf hoffen, dass unser kreativer Geist irgendwann mit einer voll ausgebildeten Ästhetik um die Ecke kommt, die wir vom ersten Tag an fehlerfrei umsetzen. Tief in unserem Inneren wissen wir, dass das so nicht funktioniert. Wir können unsere kreative Stimme nur entdecken, indem wir etwas erschaffen – und zwar viel.

Obwohl ich nur ein paar Seiten brauchte, um Ihnen diesen Weg zu zeigen, hat es fünf Jahre, Hunderte von Stunden und Zehntausende von Bildern gebraucht, bis ich meine kreative Stimme gefunden hatte, und selbst heute ist sie mir noch lange nicht klar. Ich gehe davon aus, dass ich noch viele weitere Bilder machen muss, bevor ich wirklich das Gefühl habe, dass ich meine kreative Stimme in diesem Bereich gefunden habe. Alles, was ich im Moment habe, ist eine unklare Richtung und ein langer Weg, der noch vor mir liegt, und für den Moment reicht mir das.

Nicht umsonst wird Henri Cartier-Bresson mit dem berühmten Satz zitiert: »Die ersten 10.000 Fotos sind die schlechtesten.« Was er uns sagen will: Wenn wir uns weiterentwickeln wollen, müssen wir Stunde um Stunde das tun, was wir lieben. Und möglicherweise müssen wir es auch mal schlecht tun, um herauszufinden, was wir zu sagen haben und wie wir es sagen wollen. Es gibt keine Abkürzung.

Nichts davon ist Zeitverschwendung. Denn machen wir uns nichts vor: Es kann wirklich frustrierend sein, weil wir uns oft kompetenter fühlen, als wir sind, und die Tage, an denen nichts zu funktionieren scheint, verleiten uns dazu, ganz aufzugeben. Aber selbst wenn wir das Gefühl haben, dass wir nur Mist bauen und nicht weiterkommen, lernen wir doch auch, wie unsere Stimme eben nicht klingt, und das ist ebenfalls ein Bestandteil des Prozesses. Vielleicht finden wir heraus, welche Dinge wir nicht sagen wollen, oder welche Dinge wir nur machen, weil wir glauben, dass andere Menschen sie von uns erwarten. Das ist genauso wichtig wie die Tage, an denen wir unsere kreative Stimme erkennen und annehmen. Ich würde sogar so weit gehen zu sagen, dass diese großen Tage erst durch die 100 frustrierenden Tage möglich sind, in denen wir im Vorfeld experimentiert haben.

Der zweite Vorschlag ist, auf Ihr Bauchgefühl zu hören. Die Intuition ist ein besserer Ratgeber als der rationale Verstand. Deshalb ging es im vorigen Kapitel darum, wie wichtig es ist, Ihrem Unterbewusstsein Raum zum Arbeiten zu geben. Nutzen Sie Ihren Instinkt, um zwischen dem zu unterscheiden, zu dem Sie sich hingezogen fühlen, und dem, was nicht zu Ihnen passt. Lernen Sie, sich den Erwartungen anderer zu entziehen und Ihren Instinkten zu folgen, auch wenn Sie nicht sicher sind, wohin Sie das führt, auch wenn es Ihre Arbeit eine Zeit lang auf den Kopf stellt. Wenn es in Ihrer Arbeit etwas Neues

zu entdecken gibt, können Sie das nur erreichen, indem Sie Ihrem inneren Instinkt folgen. Sie müssen niemandem zeigen, was Sie tun, wenn Sie mit Ihrer Arbeit noch nicht zufrieden sind, aber Sie müssen sich die Erlaubnis geben, zu erforschen, wohin Ihr Bauchgefühl Sie führt, auch wenn Sie es noch nicht verstehen. Das Verstehen kommt oft erst später. Fürs Erste trauen Sie Ihrem Bauchgefühl.

Drittens: Schauen Sie sich die Arbeiten anderer Künstler an und finden Sie heraus, was sie untereinander verbindet. Wie schon erwähnt, muss deren Werk nicht direkt mit Ihrer Arbeit zu tun haben. Es kann Fotografie oder Film, Poesie oder Musik, Malerei oder Schriftstellerei sein, aber es ist wichtig, auf die Arbeit zu achten, die Sie in jedem Genre anspricht, und sich dann zu fragen, warum das so ist.

Was ist es, das Sie an der einzigartigen Stimme dieser Künstler anspricht?

Sprechen sie über Dinge, die Ihnen am Herzen liegen?

Bestätigen sie in irgendeiner Weise Ihre eigene Weltanschauung, und wie können Sie diese Bestätigung auf Ihre eigene Arbeit übertragen?

Für mich waren Ho und Hopper zwei Kollegen, Fotograf bzw. Maler, ihre Arbeit erschloss mir einen Teil meiner kreativen Stimme. Sie hatten diesen Weg bereits auf ihre Weise bereitet, und ich war dankbar, dass sie mir vorausgegangen waren, denn nun war es leichter für mich, ihnen zu folgen.

Der Punkt ist dabei nicht, die Stimme anderer Künstler zu kopieren. Wir alle fangen damit an, unseren Helden zu folgen und zu versuchen, ihre Arbeit zu kopieren. So lernen wir am Anfang. Aber wir erweisen uns selbst nur einen Bärenienst,

wenn wir zu lange in diesem kreativen Sandkastenstadium bleiben. Wenn wir das tun, laufen wir Gefahr, nicht mehr als ein schwaches Echo dessen zu sein, was jemand anderes erreicht hat, anstatt etwas für uns selbst zu erreichen. Es ist nichts Falsches daran, wenn Sie sich anfangs an der Arbeit Ihrer Helden orientieren und sogar zulassen, dass deren Stimme in Ihnen nachhallt, bis Ihre eigene Stimme zum Vorschein kommt. Aber denken Sie daran, dass das Ziel immer darin besteht, Ihre eigene einzigartige Stimme zu entdecken. Ich hoffe also für Sie, dass Sie so schnell wie möglich von der Nachahmung zur Innovation übergehen.



Wichtiger als alle obigen Vorschläge ist jedoch, dass Sie sich selbst kennenlernen. Dieser authentische Raum in jedem von uns ist der Ursprung aller guten Kunst. Ich weiß, das Wort »authentisch« wird heutzutage überstrapaziert, aber kein Synonym kann diese Mischung aus »ehrlich«, »echt« und »persönlich« annähernd gut beschreiben.

Wir fühlen uns zu dem hingezogen, was wir als echt empfinden, was ohne Kunstgriff erschaffen und uns in aller Verletzlichkeit dargeboten wird. Ein einzelnes Werk eines beliebigen Künstlers mag uns beeindrucken, aber wir folgen denjenigen Künstlern in die Zukunft, die uns ein wenig von sich selbst gegeben haben.

Es sind die Songwriter, die ein Stück ihrer Seele preisgeben, in die wir uns verlieben.

Es sind die Autoren, die ihre Geschichten mit unerschrockener Offenheit erzählen, von denen wir sagen: »Ich lese alles, was sie schreiben.«

Es sind die Filmemacher, die in ihren Geschichten ihr eigenes Leben und ihre Erfahrungen widerspiegeln, die wir hochhalten, wie z.B. Quentin Tarantino und seine visuellen Referenzen an das alte Kino, das er liebt. Die Leidenschaft, die er ausstrahlt, ist echt und persönlich, und wir können sie beim Zuschauen spüren.

Wenn wir merken, dass ein Künstler etwas macht, um die Wahrheit so zu vermitteln, wie er sie sieht, und sich dabei nicht verstellt, um die Massen zu beeindrucken, dann ist es diese Verletzlichkeit, die uns in ihren Bann zieht. Aber dazu muss er sich selbst gut kennen und vielleicht sogar ein bisschen mögen, mit all seinen Fehlern. Vielleicht ist das der Grund, warum uns diese Art von Arbeit so fesselt, weil wir den Menschen dahinter in seiner Offenheit und Ehrlichkeit so inspirierend finden. Wir wünschen uns das für uns selbst, und wir wissen, dass es ein harter Weg ist, diese Ebene der persönlichen Entwicklung und Akzeptanz zu erreichen.

Im Kapitel über Logos habe ich Ihnen von einer Reihe von Porträts erzählt, die ich von meinen Mentoren gemacht habe. Aber es hat lange gedauert, bis ich bereit war, über diese Bilder und die Geschichte dahinter zu sprechen.

Ich habe im Laufe der Jahre viele Therapiestunden genommen. Ich begann damit, als ich Psychologie studierte und man uns sagte, dass jeder gute Psychologe selbst regelmäßig in Therapie sei. Auch wenn ich nie als Psychologe gearbeitet habe, habe ich mir diesen Rat zu Herzen genommen und wann immer ich es mir leisten konnte – unabhängig davon, ob ich mich in einer Krise befand –, habe ich mir einige Sitzungen gegönnt. Ich glaube, es hilft uns allen, mit jemandem zusammenzusitzen, der uns objektiv einen Spiegel vorhalten kann.

Wenn diese Leute ihren Job gut machen, können sie uns die Notlügen aufzeigen, die wir uns selbst aufhängen, und uns helfen, unsere blinden Flecken zu erkennen.

Ich erinnere mich, dass ich vor Jahren mit einer Therapeutin darüber sprach, wie schwer ich es in meinem Job hatte. Ich hatte kein gutes Verhältnis zu meinem Chef und empfand ihn als sehr einschüchternd. Wenn ich ehrlich bin, fand ich alle älteren Männer furchteinflößend und hatte sogar Schwierigkeiten, ihnen beim Gespräch in die Augen zu sehen. Wie Therapeuten es zu tun pflegen, fing meine an zu bohren, und wir kamen auf meine Vergangenheit zu sprechen und darauf, dass mein Vater meine Mutter und mich verlassen hatte, als ich vier Jahre alt war. Sie drehte sich zu mir um und sagte: »Sie müssen ein bisschen freundlicher zu sich selbst sein. Sie sind ohne männliche Autoritätsperson in ihrem Leben aufgewachsen, und deshalb sind ältere Männer ihnen fremd und machen ihnen Angst. Sie müssen sich erst einmal bewusst machen, welche Lücke ihr Vater hinterlassen hat, und dann mit dieser neuen Erkenntnis und dem Verständnis, dass ältere Männer auch nur Menschen sind, herausfinden, wie sie gesunde Beziehungen zu den männlichen Autoritätspersonen in ihrem Leben aufbauen können.«

Ohne diese Erkenntnis hätte ich keine männlichen Mentoren in meinem Leben gehabt, denn es wäre mir nicht gelungen, sie zu akzeptieren. Es wäre mir sicherlich weder in den Sinn gekommen, Porträts dieser so wertvollen Männer zu machen, noch die Geschichte dahinter zu erzählen, wenn ich nicht zu meiner Geschichte und meinen Problemen hätte stehen können. Ich musste allen Beteiligten vergeben, auch mir selbst, bevor ich überhaupt anfangen konnte, darüber zu sprechen oder etwas zu erschaffen.

Wir müssen uns erst einmal selbst kennenlernen.

Von den biografischen Details meiner Geburt, Erziehung und Karriere in der Kirche habe ich bereits erzählt, auch von einigen der Auswirkungen, die diese Erfahrungen auf den Menschen hatten, der ich heute bin. Nach dem Enneagramm-Persönlichkeitstest bin ich ein Typ 1 mit einer Tendenz zu Typ 2 und ein INFJ im Myers-Briggs-Typenindikator. Das bedeutet, dass ich ein introvertierter Mensch bin, der Wahrheit und Ehrlichkeit über alles schätzt. Das kann dazu führen, dass ich die Dinge schwarz-weiß sehe, was sich für diejenigen, die mit mir zu tun haben, etwas rigoros anfühlen kann. Ich muss mir dessen bewusst sein, wenn es sich in dem manifestiert, was ich erschaffe.

Ich bin kreativ, einfühlsam und inspirierend, aber ich kann auch übermäßig sensibel sein und bin ein brutaler Perfektionist. Im Grunde meines Herzens bin ich ein Idealist und glaube an das Beste im Menschen. Aber das bedeutet auch, dass ich manchmal zu viel von den Menschen erwarte und an manchen Tagen leide ich sehr an der Welt.

So bin ich nun einmal und so bin ich veranlagt. Alles, was ich mache, kommt aus mir. Meine kreative Stimme entspringt meiner Persönlichkeit, meiner Erziehung, den Dingen, die ich gesehen habe, meiner Geschichte und der Weltanschauung, die mir das alles vermittelt hat. Meine Aufgabe ist es, Dinge zu erschaffen, von meiner Geschichte ausgehend, mit meiner einzigartigen kreativen Stimme, unter Einsatz meiner Kamera, meines Stifts oder meiner gesprochenen Worte. Das Ziel ist dabei, die Wahrheit so zu sprechen, wie ich sie in meinem Leben erfahren habe, mit meinem kreativen Akzent, meiner Intonation, meiner Resonanz und meiner Aussprache. All das ist der Grund, warum das Einatmen so wichtig ist. Denn in

dem so entstehenden Raum lernen wir, wer wir sind, und lassen die Dinge, die wir gesehen und erlebt haben, in das einfließen, was wir erschaffen.



Fragen Sie sich also:

Wer sind Sie?

Was ist Ihnen wichtig?

Wie lautet Ihre Geschichte und wie hat diese die Art und Weise geprägt, wie Sie die Welt sehen?

Was möchten Sie der Welt mitteilen, und wie können Sie diese Botschaft in Ihre kreative Arbeit einfließen lassen? Es ist nichts Verwerfliches am Versuch, Ihre »Ästhetik« oder Ihren »Stil« herauszufinden, aber selbst diese Entscheidung sollte von der wichtigeren Aufgabe beeinflusst werden, zu erfahren, wer Sie sind und was Sie zu sagen haben. Wenn Sie etwas Authentisches erschaffen wollen, dann sollte das, aus Ihnen selbst heraus entstehen.

Ob Sie nun Fotograf, Schriftsteller, Sänger oder Bildhauer sind, wir unterstützen Sie bei der Anstrengung, Ihre einzigartige kreative Stimme zu entwickeln, denn wir wissen, wie viel aussagekräftiger Ihre Arbeit sein wird, wenn sie von dort kommt.

Wir möchten, dass Ihr Werk ohne Scham den Einfluss jener zeigt, die vor Ihnen da waren, aber Sie sollen Ihre eigene Methode und Botschaft entwickeln. Wir möchten, dass Ihre kreative Stimme aus Ihrer Geschichte geboren wird und Ihre Weltsicht vermittelt. Denn die Chancen stehen gut, dass die Dinge, die Sie gesehen haben und mit uns teilen wollen, uns das Gefühl geben, weniger allein zu sein.

Wir wollen, dass Ihre Arbeit Ihre Persönlichkeit widerspiegelt, denn das ist die beste Chance darauf, der Welt etwas zu zeigen, was sie noch nie gesehen oder gehört hat. Sie müssen diese mühsame innere Arbeit leisten und herausfinden, wer Sie wirklich sind, damit Sie die kreativen Fähigkeiten, die Sie entwickelt haben, für etwas wirklich Bedeutsames einsetzen können – für uns alle.

Kurz gesagt: In den Dingen, die Sie schaffen, müssen Sie Sie selbst sein.



*Ego*

Wir hatten einen ziemlich exzentrischen Kunstlehrer an meiner High School. Er war ein kleiner, stämmiger Mann, der beim Sprechen immer klang, als würde er knurren, was anfangs etwas beunruhigend war. Es ging das Gerücht um, er sei ein ehemaliger Boxer, der bei einem Kampf einen besonders heftigen Treffer gegen den Hals erlitten hätte, und das hätte zu einer dauerhaften Schädigung der Stimmbänder geführt. Beweise gab es dafür natürlich keine und es war mit ziemlicher Sicherheit erfunden.

Außerdem war er jähzornig.

Meistens nahmen wir seine kleinen Ausbrüche nicht ernst, weil die Dinge, die er sagte, so lächerlich klangen. Einmal beugte er sich über den Jungen neben mir, der an einem Gemälde arbeitete, und knurrte: »Westwood!« (Der Name des Jungen war »Westmore«, aber das hat er immer falsch verstanden.) »Zu viel Braun! Braun ist keine Farbe! In Braun pflanzt man Kartoffeln! Fang nochmal an!«

Die Klasse kicherte, bis sie durch einen stechenden Blick zum Schweigen gebracht wurde.

Aber dann kam der Tag, an dem er wirklich durchdrehte. Er stand vorne und heftete Arbeitsblätter für die Klasse zusammen, als sein Hefter plötzlich die Arbeit einstellte. Er knurrte ihn an und öffnete ihn, aber der Hefter war fast voll. Er klappte ihn wieder zu und drückte einfach noch fester. Immer noch keine Heftklammern. Dann legte er ihn auf seinen Schreibtisch und begann, mit der Hand darauf herumzuhämmern, riss dabei Löcher in das Papier und schrie bei jedem Schlag: »DAS IST DEIN EINZIGER JOB!«

Zu diesem Zeitpunkt konnten wir uns nur noch schwer zusammenreißen. Er schaute kurz auf und schien das zu bemerken, und das machte ihn nur noch wütender. Er hob den Hef-

ter hoch und fing an, damit gegen sein Pult zu hämmern, bis die Stücke des zerborstenen Hefters durch die ganze Klasse flogen. Und dann stürmte er brüllend hinaus.

Es herrschte eine schockierte Stille.

Eine Pause.

Dann sagte einer unserer witzigeren Klassenkameraden einfach: »Ah, das Temperament des Künstlers«, was die Spannung löste und zu einer erneuten Runde allgemeinen Gelächters führte.



Aus den Geschichten über Musiker mit ihren lächerlichen Catering-Anforderungen, über Schauspieler, die am Set Wutanfälle kriegen, wenn es nicht nach ihrer Nase läuft, und über den ewigen Krieg zwischen Spitzenköchen und Restaurantkritikern wissen wir, dass der stereotype Künstler ein zerbrechliches Wesen mit »großem Ego« ist.

Allerdings ist »Ego« hier der falsche Begriff. Diese Ausbrüche sind oft nur Beispiele für das Getöse, das hin und wieder aus einem vorübergehend unausgeglichenen oder unsicheren Ego hervorbricht.

Ich denke, dass das wahre Ego ein wichtiger Wegweiser auf unserer eigenen Reise als »Macher von Dingen« ist, vor allem, wenn wir unsere frisch entdeckte, einzigartige kreative Stimme nutzen wollen. Neues ruft immer geteilte Meinungen hervor (auch wenn wir wissen, dass es nichts wirklich Neues unter der Sonne gibt). Die meisten von uns werden ein gesundes und ausgeglichenes Ego brauchen, um mit dem Widerstand fertig zu werden, der mit Sicherheit auf sie zukommt.

Lassen Sie uns zunächst definieren, was wir mit »Ego« meinen.

Im allgemeinen Sprachgebrauch verwenden wir das Wort oft, um negative Charakterzüge zu beschreiben. »Der Typ da hat ein Ego« suggeriert Eigenschaften wie Arroganz, Herablassung, Eitelkeit und Selbstherrlichkeit. Tatsache ist jedoch, dass wir alle ein Ego haben, jeder Einzelne von uns. Wenn wir es nicht hätten, gäbe es ein großes Problem.

Sigmund Freud war derjenige, der den Gebrauch des Wortes »Ego« zu Beginn des 19. Jahrhunderts populär machte (im Deutschen »Ich«, »Ego« ist der fachsprachliche bzw. englischsprachige Begriff, der hier beibehalten werden soll). Seitdem wurde die Bedeutung des Begriffs verändert und verwässert und die Nuancen von Freuds bahnbrechender Theorie gingen verloren. Ich bin kein Psychoanalytiker, aber lassen Sie mich versuchen, das Ganze mit den Worten eines Laien zu erklären.

Freud behauptete, dass unser denkender Geist in drei primäre Modi oder Triebe unterteilt sei.

Auf der grundlegendsten Ebene befindet sich das »Es«.

Manche nennen es unser »Reptilienhirn«, das für unsere instinktiven Triebe wie Sex und Aggression, den Kampf-oder-Flucht-Instinkt und unsere Überlebenstrieb hinsichtlich Nahrung, Schutz und Sicherheit verantwortlich ist. Es ist der überwiegend autonome Teil unseres Verstandes, der ausschließlich dafür sorgt, dass wir uns selbst am Leben erhalten und uns fortpflanzen, um die Art zu erhalten, und dass wir den Wettbewerb um Ressourcen gewinnen.

Wie Sie sich vorstellen können, ist das »Es« unweigerlich egoistisch und kümmert sich nicht um langfristige persönliche Konsequenzen, weshalb es gemildert werden muss. Wir alle werden als Babys mit einem reinen »Es« geboren, aber glück-

licherweise entwickeln wir im Laufe unserer Kindheit schnell sowohl ein »Ego« (deutsch »Ich«) als auch ein »Super-Ego« (deutsch »Über-Ich«).

Kommen wir nun zu der äußersten Schicht, dem »Super-Ego«. Dies ist der Teil unseres Verstandes, der sich mit mehr als unseren egoistischen Bedürfnissen und Wünschen beschäftigt. Hier speichern wir die erlernten Normen unseres Stammes oder unserer Gesellschaft und beschließen, zum Wohle aller zu handeln – und nicht nur, um unsere eigenen egoistischen Wünsche zu erfüllen.

Vielleicht haben Sie schon einmal gehört, wie Eltern ihren Kindern am Esstisch sagten: »In dieser Familie räumen wir den Tisch nach dem Essen ab.« Sie versuchen, ihren Kindern beizubringen, dass ihr scheinbar unkontrollierbares Bedürfnis, wieder zu ihrer Spielekonsole zu rennen, dazu führt, dass andere nach dem Abendessen aufräumen müssen – und das gehört sich nicht. Auf einer übergeordneten Ebene zeigen Eltern ihren Kindern so, dass sie manchmal für andere da sein und die Befriedigung der eigenen Bedürfnisse aufschieben müssen, um ein Mitglied der Gesellschaft sein zu können. Sie helfen, das soziale und moralische Gewissen ihrer Kinder zu entwickeln. Und das ist das Super-Ego, ohne das eine Gesellschaft nicht funktionieren würde.

In Freuds Theorie war das Ego der Vermittler zwischen dem Es und dem Super-Ego, zwischen unseren niederen Trieben und der Verantwortung, die wir gegenüber dem Rest der Menschheit empfinden.

Das Ego verhandelt und sorgt für ein Gleichgewicht.

Noch wichtiger für unsere Zwecke hier ist, dass wir im Zuge dieser inneren Schlichtung unsere Individualität formen. Unser Selbstverständnis wird vom Ego geformt, da es ständig zu

definieren versucht, wer dieses Individuum ist, das wir bewohnen. Einerseits sind wir Menschen mit Grundbedürfnissen ausgestattet, die befriedigt werden müssen, und andererseits müssen wir einen Weg finden, um mit anderen Menschen auszukommen und unsere Bedürfnisse mit ihnen in Einklang zu bringen. Wer Sie Ihrem Gefühl nach sind, ist in Ihrem Ego verankert, das also eine entscheidende Rolle in der Psyche spielt. Das macht es weder gut noch schlecht, es ist nur notwendig.

Im letzten Kapitel haben wir über die Entdeckung Ihrer einzigartigen kreativen Stimme gesprochen. Ich hoffe, das inzwischen klar ist, dass Ihre Stimme aus Ihrem Ego kommt. Das ist einer der vielen Gründe, warum wir sie brauchen.

Voraussetzung dafür ist allerdings ein – empfindliches – Gleichgewicht, denn ein unausgewogenes Ego kann uns zum Verhängnis werden. Tendieren wir mehr zur einen Seite, könnten wir unter Umständen nicht das Selbstvertrauen aufbringen, um etwas zu tun, an das wir wirklich glauben. Tendieren wir mehr zur anderen Seite, könnte unser aufgeblasenes Selbstgefühl uns völlig entgleisen lassen.



Fangen wir dort an, wo das Ego unentbehrlich ist.

In meiner frühen Schulzeit war ich ein sehr schüchternes Kind. So sehr, dass (wie ich erst später herausfand) meine Mutter Briefe von besorgten Lehrern erhielt, in denen stand, dass sie alles versuchten, um mich am Unterricht zu beteiligen, aber ich mich einfach weigerte, mitzumachen. Als schüchternes Kind gab es für mich nichts Schrecklicheres als die gefürchteten mündlichen Englisch-Tests. Alle Schüler mussten einen etwa 10-minütigen Vortrag vorbereiten und ihn vor dem Rest der Klasse halten, um eine Note zu bekommen.

Es gibt einen tollen Sketch von Jerry Seinfeld über das Sprechen in der Öffentlichkeit, in dem er sagt:

*Eine kürzlich durchgeführte Umfrage ergab, dass die größte Angst des Durchschnittsmenschen darin besteht, eine Rede in der Öffentlichkeit halten zu müssen. Irgendwie rangiert dies sogar noch vor dem Tod, der an dritter Stelle der Liste steht. Sie wollen mir also sagen, dass die meisten Menschen bei einer Beerdigung lieber der Mann im Sarg wären, als aufzustehen und die Trauerrede zu halten.*

Als schwieriges und introvertiertes Kind konnte ich das nachempfinden. Ich zögerte die Vorbereitung hinaus, in der Hoffnung, dass die Prüfung auf wundersame Weise abgesagt würde oder dass die Welt unterginge oder was auch immer. Hauptsache, ich musste nicht vor anderen Leuten stehen und mich danach beurteilen lassen, wie gut ich sprechen konnte.

Mir machte das große Angst.

Als der Zeitpunkt näher rückte und klar war, dass es dazu kommen würde, schlich ich mich in die Bibliothek und kopierte eilig eine Reihe von Fakten über irgendeinen Vulkan aus einer Enzyklopädie zusammen. Am gefürchteten Tag kam ich dann schwitzend in die Klasse, umklammerte meine zerknitterten Notizen und hoffte, der Boden würde sich auftun und mich verschlingen.

Mich hat immer gewundert, wie manche Kinder diese Tests mit einem Lächeln meisterten. Einige schienen sie sogar zu genießen. Sie trugen ihre Reden nicht nur vor, sie inszenierten sie. Ich hingegen war nicht mit diesem »Schau-mich-an«-Gen geboren worden, und diese Anlässe waren für mich immer schmerzhaft und meine Benotungen waren immer schlecht.

Mein Vortrag bestand zumeist darin, dass ich die ganze Zeit auf mein zerfleddertes Stück Papier starrte und nicht ein einziges Mal zum Rest der Klasse oder zum Lehrer aufblickte. Ich trat von einem Fuß auf den anderen, fummelte nervös am Rednerpult herum und murmelte gehetzt und kaum hörbar vor mich hin.

Es war jedes Mal schrecklich.

Es mag also überraschen, dass ich in meinen späten Teenager- und frühen Zwanzigerjahren beschloss, Pastor zu werden. Um ehrlich zu sein, war es auch für mich überraschend, denn ein großer Teil der Arbeit bestand darin, vor großen Gruppen von Menschen zu sprechen.

Irgendwann hatte ich beschlossen, dass das Gute, das ich durch meine Arbeit für die Kirche bewirken konnte, schwerer wog als mein persönliches Unbehagen beim Sprechen in der Öffentlichkeit, und dass ich darüber hinwegkommen musste.

Unglücklicherweise sah das Seminar das genauso und bediente sich einer besonders brutalen Methode, mithilfe derer sich die Teilnehmer dieser Angst stellen sollten. Wir hatten Predigtunterricht, auch »Homiletik« genannt, und wenn ich bisher angenommen hatte, dass die zehnminütigen mündlichen Englischtests in der Schule eine Prüfung waren, dann sollte ich sehr bald merken, wie falsch ich damit lag.

Im Homiletik-Kurs musste ich, wenn ich in der Woche an der Reihe war, aufstehen und 45 Minuten lang eine Predigt halten. Dann machten wir eine kurze Pause. Als der Unterricht weiterging, musste ich mich hinsetzen und zuhören, wie der Rest der Klasse das, was ich gerade abgeliefert hatte, in Stücke riss.

Ich durfte nicht sprechen, sondern mir nur die Kritik anhören. Keine Erklärungen. Keine Rechtfertigungen. Ich musste also still sein, während sie den Aufbau meiner Botschaft, die Glaubwürdigkeit meiner Analogien, die Struktur meiner Sätze, den Ton meiner Stimme und meine Körperhaltung auseinandernahmen. Alles, wirklich alles war Gegenstand dieser schonungslosen Analyse, die weitere unendlich lange 45 Minuten andauerte.

Ich erinnere mich, wie ich nach dieser ersten Homiletik-Sitzung, in der mein Kopf auf dem Hackklotz lag, nach Hause kam und mich völlig vernichtet fühlte. Ich hatte mich nicht sonderlich gut geschlagen, mein Lehrer und sogar meine Freunde hatten mich das wissen lassen. An diesem Tag suchte ich nach einem Weg, wie ich die ganze Sache in Würde zu Ende bringen konnte.

Mein Ego sagte mir, ich solle weglaufen und mich schützen. Mich vor anderen so zu blamieren, war einfach zu demütigend.

Aber mein Super-Ego wollte mich nicht vom Haken lassen. Ich war immer noch davon überzeugt, dass ich Gutes tun konnte, wenn ich nicht aufgab. Es lag zweifellos ein schmerzhafter Weg vor mir, wenn ich weitermachte. Aber ich wusste, dass ich, wenn ich durchhalten würde, den Menschen, die es dringend brauchten, Hoffnung bringen konnte. Und das schien mir wichtiger zu sein als mein persönliches Wohlbefinden, selbst an einem so schrecklichen Tag wie diesem.

Ich brauchte mein Ego. Als ich auf meinem Bett saß, den Tränen nahe, beschloss ich, zu bleiben und durchzuhalten. Denn ich wollte ein Mensch sein, der sich in schwierige Situationen begeben würde, wenn er dadurch anderen helfen könnte. So jemand schien mir ein guter Mensch zu sein. Und es war mein

Ego, das mir half, diese Entscheidung zu treffen, indem es zwischen den Ängsten meines Es und den Idealen meines Super-Egos verhandelte.

Danach geschah etwas Seltsames: Ich wurde ziemlich gut darin, vor Menschen zu sprechen. Es bedurfte einiger Jahre harter Arbeit und noch mehr demütigender Homiletik-Stunden, aber es dauerte nicht lange, bis ich mir einen Ruf erworben hatte als jemand, der komplizierte Ideen auf einfache Weise so präsentieren konnte, dass sie emotionalen Anklang fanden. Bei meinen ersten Jobs für die Kirche musste ich unkonzentrierten Teenagern tiefe spirituelle Geheimnisse nahebringen – diese neue Fähigkeit würde später also noch sehr nützlich sein.

Um die Wahrheit zu sagen: Nachdem ich sozusagen »die Brücken abgebrochen« und mich entschlossen hatte, durchzuhalten und meine Ängste zu überwinden, begann es mir Spaß zu machen, vor Menschenmengen zu sprechen. Und ich begann mich zu fragen, was ich mit dieser Fähigkeit noch alles anfangen könnte.

Ich fasste mir sogar ein Herz und nutzte dieses kreative Medium der Redekunst, um die Kirche selbst herauszufordern.

Ich sprach oft über unsere kollektive Heuchelei gegenüber den Armen. Wir behaupteten, uns um die Armen zu kümmern, aber wir verwendeten unsere sämtlichen Mittel darauf, schicken Gebäude mit riesigen Beschallungsanlagen und Multimedia-Bildschirmen zu bauen. Es gab endlose Versammlungen und leidenschaftliche Auseinandersetzungen um die Farbe der neuen Auslegeware, aber für die Leidenden in unserer Gemeinde wurde kaum etwas getan.

Insbesondere in einer der Kirchen war es uns untersagt, Obdachlose aus der von uns betriebenen Suppenküche zum Sonntagsgottesdienst zu bringen, weil »sie die Möbel verschmut-

zen könnten«. Die letzte Kirche, für die ich gearbeitet habe, hatte sogar Spikes vor den Eingangstüren angebracht, damit Obdachlose bei Regen nicht unter dem Vordach Schutz suchen konnten.

Ich entschied mich also, die Institution mit meinen erworbenen kreativen Fähigkeiten herauszufordern. Es wird Sie nicht überraschen, dass ich mich mit dem Ansprechen dieser Probleme bei der Kirchenleitung sehr unbeliebt machte.

Ebenfalls unbeliebt machte mich meine Entscheidung, offen über meine eigenen Glaubenszweifel zu sprechen. Ich fand, dass wenn wir über Dinge reden, die wir nicht sehen, hören oder beweisen können, wir anerkennen müssten, dass wir alle Zweifel an unserem Glauben haben. Dies zu ignorieren oder zu leugnen wäre töricht. Es würde bedeuten, dass uns sowieso niemand glauben würde, denn Zweifel sind menschlich und ein wesentlicher Bestandteil des Glaubens. Ich sagte auch, dass ich die Bibel nicht mehr wörtlich nehmen wollte, weil ich nicht glaubte, dass sie jemals dazu gedacht war, auf diese Weise gelesen zu werden. Ich erzählte von meinen eigenen tiefen Zweifeln an Gottes Engagement in einer Welt, in der ständig schlimme Dinge passieren, und davon, wie diese Zweifel einen tiefen Schatten auf meine eigene Seele warfen.

Ich tat das nicht, um die Menschen zu entmutigen – ganz im Gegenteil. Sondern weil ich wusste, dass wir alle dieselben Zweifel und Ängste hatten, und ich glaubte, dass wir, wenn wir lernten, sie einander einzugestehen, unseren Weg gemeinsam offener gehen und vielleicht einen robusteren gemeinsamen Mut finden würden, um weiterzumachen. Das war ein großer Trost für die jüngeren Leute, um die ich mich zu kümmern hatte, aber auch ein großes Problem für die Kirchenleitung.

Jeden Montagmorgen bekam ich E-Mails, in denen ich für die Dinge gezüchtigt wurde, über die ich am Abend zuvor gesprochen hatte. Man sagte mir: »Behalte deine Kritik an der Kirche für dich.« und: »Gute Anführer teilen ihre Zweifel nicht.« Aber ich glaubte an das, was ich tat.

Es waren die Verhandlungen meines Egos, die mir nicht nur den Mut gegeben hatten, mich überhaupt auf das Halten von Reden als etwas Kreativem einzulassen, sondern die mir nun auch das Rückgrat gaben, Dinge zu sagen, von denen ich wusste, dass sie unpopulär waren und letztlich zu meinem Rauswurf aus der Kirche führen würden.

Die Kirchenleitung beschimpfte mich auf jede erdenkliche Weise. Ich war arrogant, eingebildet, stolz, rechthaberisch, egoistisch und egozentrisch. In den Augen vieler dort hatte ich ein »großes Ego«. Aber mir wurde bald klar, dass Ego eine wesentliche Voraussetzung dafür ist, dass man mit seiner kreativen Stimme Erfolg hat – vor allem, wenn man an die Grenzen geht.



Wissen Sie, ich glaube, dass jeder, der etwas erschafft, »egozentrisch« sein muss. Ich weiß, dass »egozentrisch« ein Begriff ist, der traditionell für etwas Schlechtes verwendet wird, aber lassen Sie uns versuchen, ihn neu zu definieren. Ich verstehe den Begriff in dem Sinne, dass man weiß, wer man ist und was man erreichen will, und dass man hinter sich selbst steht.

Eine Fabel von Äsop beschreibt perfekt, warum das so ist.

*Ein Mann und sein Sohn gingen einst mit ihrem Esel zum Markt.*

*Wie sie nebeneinander hergingen, kam ein Bauer an ihnen vorbei und sagte: »Ihr Dummköpfe, wozu ist ein Esel da, außer um darauf zu reiten?« Der Mann setzte den Jungen auf den Esel, und sie setzten ihren Weg fort.*

*Doch bald kamen sie an einer Gruppe von Männern vorbei, von denen einer sagte: »Seht euch diesen faulen Jungen an, er lässt seinen Vater laufen, während er reitet.« Da befahl der Mann seinem Jungen, abzusteigen, und stieg selbst auf.*

*Aber sie waren noch nicht weit gekommen, als sie an zwei Frauen vorbeikamen, von denen die eine zu der anderen sagte: »Schande über diesen faulen Kerl, dass er seinen armen kleinen Sohn hinter sich her schleift.« Nun, der Mann wusste nicht, was er tun sollte, aber schließlich setzte er seinen Jungen vor sich auf den Esel.*

*Inzwischen waren sie in die Stadt gekommen, und die Passanten begannen zu spotten und auf sie zu zeigen. Der Mann blieb stehen und fragte, worüber sie spotteten. Die Männer sagten: »Schämst du dich nicht, dass du deinen armen Esel so überladen hast mit dir und deinem stämmigen Sohn?« Der Mann und der Junge stiegen ab und überlegten, was sie tun sollten. Sie überlegten und überlegten, bis sie schließlich eine Stange fällten, die Füße des Esels daran banden und die Stange und den Esel auf ihre Schultern hoben.*

*Unter dem Gelächter aller, die ihnen begegneten, zogen sie weiter, bis sie an eine Brücke kamen, wo der Esel eines seiner Beine befreite, ausschlug und den Jungen dazu brachte, sein Ende der Stange fallen zu lassen. Dabei fiel der Esel über die Brücke, und da seine Vorderfüße zusammengebunden waren, ertrank er.*

Wir werden nichts von Wert erschaffen, wenn wir uns von der Menge leiten lassen, weil alle etwas anderes von uns wollen. Egozentrik – der im eigenen Inneren verwurzelte Glaube an das, was man mit der eigenen Arbeit tun oder sagen will – ist unerlässlich, wenn man Erfolg haben möchte.

Ich erinnere mich, wie der Komiker Ricky Gervais 2010 zum ersten Mal die Golden Globe Awards moderierte. Er zog die Prominenten auf seine gewohnt brutale Art durch den Kakao, und die Presse schäumte vor Wut über die Dreistigkeit seiner Witze. Sich über einige der reichsten und mächtigsten Menschen der Welt lustig zu machen, schien vielen zu weit zu gehen. Ein Teil der Öffentlichkeit war ebenso empört und ging zum Angriff über, um den aufstrebenden Briten dafür zu rügen, dass er ihre geliebten Hollywood-Ikonen verunglimpft hatte.

Im Zuge dieser Kontroverse wurde Gervais von Piers Morgan zu CNN eingeladen, um sich zu »erklären«.

Ich habe mir das gesamte 45-minütige Interview angesehen, das Sie immer noch auf YouTube finden können, und Gervais entschuldigt sich darin zu keinem Zeitpunkt für das, was er gesagt hat. Er erinnert Morgan daran, dass er ein Komiker ist und dass man von einem Komiker erwartet, dass er unsere Fehler unter die Lupe nimmt und sich über sie lustig macht. »Wenn es nicht wahr ist, ist es nicht witzig« bedeutet, dass gute Witze notwendigerweise oft ans Eingemachte gehen.

Ob man denkt, dass er zu weit gegangen ist oder nicht, ist aber nicht der Punkt. Was ich interessant fand, war, wie er mit der Gegenreaktion umging. Als ich mir das Interview ansah, fragte ich mich, wie das wohl ist, wenn Tausende von Menschen wegen eines Teils des eigenen kreativen Schaffens sauer auf einen sind. Ich meine, hier sitzt er live im Fernsehen

und wird vor Hunderttausenden von Zuschauern zu einer Entschuldigung gedrängt. Alles, was er tun muss, um die Sache aus der Welt zu schaffen, ist zu sagen: »OK, vielleicht sind einige Witze ein wenig zu weit gegangen, und ich entschuldige mich, wenn ich die Gefühle von irgendjemandem verletzt oder jemanden beleidigt habe.« Aber stattdessen blieb er ruhig und zeigte keinerlei Scham. Er lieferte keine dieser beliebigen, schwammigen Reuebekundungen, mit denen man solche Dinge normalerweise aus der Welt schafft.

Mich hat seine Bescheidenheit und Selbstsicherheit beeindruckt. Er wusste, was er an diesem Abend sagen wollte – tatsächlich hatte er jedes Wort bis ins kleinste Detail geplant. Er wusste auch, dass einige es mögen und andere beleidigt sein würden, aber wie er in dem Interview betont: »Nur weil man beleidigt ist, heißt das nicht, dass man Recht hat. Für manche Leute ist es schon ein Problem, wenn Eheleute unterschiedliche Hautfarben haben«.

Er hatte sich alles gut überlegt, und die Reaktionen der Medienmogule auf seine Moderation hatten ihn nicht im Geringsten erschüttert. An einer Stelle des Interviews sagte er: »Wenn Sie das, was Sie tun, nur für sich tun und wenn Sie es so tun, wie es Ihrer Ansicht nach getan werden sollte, dann kann Ihnen niemand etwas anhaben.«

Ich weiß, dass das als Arroganz aufgefasst werden könnte – und wahrscheinlich wurde es das von vielen, besonders von denen, die sich beleidigt fühlten – aber das war nicht seine Tonalität. Was er damit sagen wollte, war, dass man hinter sich selbst stehen muss, wenn man sich in die Öffentlichkeit wagt. Man darf sich nicht von jedermanns Meinung über das, was man tut, beeinflussen lassen, sonst produziert man am Ende etwas, das niemanden berührt.

Ein anderer Komiker, der verstorbene Patrice O'Neal, pflegte zu sagen, dass man als progressiver Komiker, der die Kunstform voranbringen möchte, nicht will, dass jeder in der Show lacht. Er sagte, dass er persönlich in einem Publikum von 100 Leuten »50 Leute in Verückung und 50 Leute in Empörung versetzen möchte«. So wusste er, dass er mit seinem Material auf dem richtigen Weg war, aber dazu braucht man ein gesundes Ego und einen »egozentrischen« Glauben an das, was man tut.

Ich machte diese Erfahrung selbst, als ich vor ein paar Jahren einen YouTube-Kanal startete. Ich hatte mir vorgenommen, dass ich mich offen und verletzlich geben würde, so wie ich es tat, wenn ich in Kirchen sprach. Ich wusste, dass das einige nicht mögen würden, so wie einst in den Montagmorgen-E-Mails. Aber ich wusste auch, dass das wichtig war.

Ich hatte es so satt, Fotografen auf YouTube zuzuhören, die damit prahlten, wie beschäftigt, wohlhabend und beliebt sie seien und dass ihr Geschäft geradezu boomte. Ich weiß noch, wie deprimierend es in meiner Anfangszeit war, ihnen zuzuhören, weil alle so erfolgreich zu sein schienen.

Es dauerte lange, bis mir klar wurde, dass die meisten von ihnen logen oder die Wahrheit aufblähten, um sich selbst zu vermarkten.

Also entschied ich mich, ehrlich über die Höhen und Tiefen meiner kreativen Reise zu sprechen, und die Gegenreaktion kam prompt.

Es scheint, dass diese Verletzlichkeit eine bestimmte Gruppe von Männern wütend macht, die glauben, dass Stärke zu zeigen und laut zu sein gutes Marketing wäre. Diese Leute versuchen zumeist uns (und sich selbst) davon zu überzeugen, dass man im Leben von »Sieg« zu »Sieg« eilt. Aber für die

meisten von uns ist diese Reise ein harter Kampf ohne jegliche Garantien. Für mich war das auf jeden Fall so, aber dass ich das offen sagte, hat einige Leute sehr wütend gemacht. Man macht so etwas nicht.

In den Augen einiger besonders eifriger Kommentatoren hatte ich »die Träume der Menschen zerstört«, indem ich behauptete, dass es keine Garantien gäbe, egal wie hart man arbeitet. Aber mir verschaffte es immer großen Trost, wenn mir ehrliche Menschen von ihren eigenen Problemen auf ihrem Weg erzählten, denn ich folgte ihnen ja in ihrem Kielwasser. In diesen seltenen Momenten fand ich mich auf der anderen Seite der Gleichung wieder und empfing Trost aus der Verletzlichkeit eines anderen, so wie ich in der Lage war, verwirrten Teenagern in der Kirche durch meine eigene Verletzlichkeit Trost zu spenden. Ihre Offenheit und Ehrlichkeit bewahrten mich davor, mich selbst zu verurteilen, wenn es mal nicht so klappte. Sie halfen mir, meine Erwartungen neu zu kalibrieren, und das ließ mich schließlich weitermachen. Mein Ziel im Internet war es immer, dieses Geschenk an andere weiterzugeben.

Als die Gegenreaktion einsetzte, musste ich mich wieder auf meine Überzeugung besinnen, um weiterzumachen. Ich werde immer noch als präventios, egoistisch und arrogant bezeichnet, weil ich mich weigere, meinen Kurs zu ändern, wenn anderen ein Aspekt meiner Arbeit nicht passt. Aber man kann es nicht allen recht machen. In den Augen derjenigen, die anderer Meinung sind als Sie, mögen Sie in einem schlechten Licht dastehen. Aber es gibt nichts, was Sie dagegen tun können.

Das zeigt sich auch in meiner Streetfotografie. Andere Streetfotografen kritisieren mich und sagen, bei meinen Bildern handle es sich nicht um »Streetfotografie«, weil meine Arbeiten keine Reportagen seien, sondern eher stilisiert. Das ist für mich in Ordnung. Ich trete in die Fußstapfen von Fotografen, deren

Arbeiten ich sehr schätze, wie z.B. Ray Metzker, Trent Parke und Fan Ho, die auch abstraktere Bilder gemacht und mit Licht, Schatten und Formen gespielt haben. Ehrlich gesagt ist es mir egal, welches Etikett man den Bildern, die ich mache, anheftet. Letzten Endes sind es die Bilder, die ich öfter sehen möchte, und deshalb mache ich sie in der Annahme, dass es da draußen vielleicht auch andere gibt, die diese Art von Arbeit sehen wollen. Und ich werde sie weiter machen, egal ob sie in eine bestimmte Schublade passen oder nicht.

Das mag arrogant klingen, aber ich denke, dass eine gesunde »Selbstbezogenheit« unerlässlich ist, wenn man seinen eigenen Weg gehen will. Nur so kann man sicherstellen, dass man sich bei seinen kreativen Bemühungen auf das Wesentliche konzentriert. Denn wenn man versucht, es allen recht zu machen und für ein möglichst großes Publikum zu produzieren, erreicht man am Ende niemanden wirklich.

Früher dachte ich, das Schlimmste, was passieren könnte, wäre, dass meine Arbeit abgelehnt wird. Aber inzwischen habe ich erkannt, dass das nicht stimmt. Das Schlimmste, was passieren kann, ist, dass ich versuche, es allen recht zu machen, und am Ende aus Angst, jemanden vor den Kopf zu stoßen, wirkungslose, mittelmäßige Belanglosigkeiten produziere. Diese Art von Arbeit wird schnell übersehen, und wenn das passieren würde, gäbe es niemanden außer mir selbst, dem ich dafür die Schuld geben müsste.

Wir können das Risiko eingehen, etwas »herauszuschreien«, von dem wir in punkto Botschaft oder Methode überzeugt sind, oder wir können etwas Mittelmäßiges leise in eine Ecke »flüstern«, aus Angst, gehört und gemieden zu werden. Ich weiß, was ich lieber tue, und das erfordert ein gesundes Ego,

denn es wird mich ständig daran erinnern, wer ich bin und was ich sagen will. Es wird mir helfen, den Mut aufzubringen, mich angesichts der unvermeidlichen Kritik zu behaupten.



Aber Sie sehen auch sofort die Gefahr, oder? Es ist nur ein kleiner Schritt zum »Egoisten«, der nicht zuhören will, der eine überzogene Meinung von sich selbst und seiner Arbeit hat und der sich um niemanden außer sich selbst kümmert. Diesen schmalen Grat gilt es zu beachten und zu beschreiten.

Ich habe dieses Gleichgewicht schon oft verloren.

Ich habe Ihnen schon erzählt, dass ich nach ein paar Jahren nicht nur ziemlich gut darin war, in der Öffentlichkeit zu sprechen, sondern mir auch einen Namen darin gemacht hatte. Bei manchen Gelegenheiten sprach ich vor mehreren tausend Menschen und hörte mir anschließend die vielen Rückmeldungen von Bewunderern an, die mir Komplimente machten. Es war schwierig für mich, nicht abzuheben. Die positive Aufmerksamkeit, die ich für die kreativen Fähigkeiten, die ich mir selbst erarbeitet hatte, erhielt, war berauschend. Wenn ich ganz ehrlich bin, und das möchte ich sein, dann bot ich vielleicht äußerlich das Bild selbstironischer Demut, aber in meinem Inneren war ich ziemlich arrogant geworden.

Das Ego kann uns also in die Quere kommen, wenn wir es nicht im Zaum halten.

Wir können vom Weg abkommen und in Versuchung geraten, der Bewunderung durch andere nachzujagen.

Wir können so selbstsicher sein, dass wir aufhören zu hören, wie unsere Arbeit bei anderen ankommt.

Wir können uns vernünftigen Rückmeldungen verschließen.

Wir können unsere kreativen Talente nutzen, um für uns selbst zu protzen, anstatt mit anderen zu kommunizieren.

Wir alle haben einen potenziellen »Angeber« in uns, der nur darauf wartet, von der Leine gelassen zu werden, aber wenn er einmal losgelassen ist, ist es schwierig, ihn wieder unter Kontrolle zu bringen.

Einer meiner Lieblingsredner und -autoren ist der Franziskanermönch Richard Rohr. Er definiert die schlimmsten Impulse unseres Egos wie folgt: »Das menschliche Ego will zwei Dinge: Es will anders als andere und ihnen überlegen sein.« Sich selbst überlassen kann unser Ego uns auf dunkle Wege führen, wenn es versucht, dieses Spiel zu spielen.

So bedeutet Sexismus z. B., dass wir uns zu denken erlauben, wir seien aufgrund unseres Geschlechts »anders als andere und ihnen überlegen«.

Rassismus bedeutet, dass wir uns erlauben zu denken, wir seien aufgrund unserer Hautfarbe »anders als andere und ihnen überlegen«.

Nationalismus bedeutet, dass wir uns zu denken erlauben, wir seien aufgrund des zufälligen Ereignisses unserer Geburt innerhalb bestimmter geografischer Grenzen »anders als andere und ihnen überlegen«.

Und was ist mit Künstlern?

Nun, wenn wir die Balance verlieren, kann unser Ego aufhören, uns den Mut und das Selbstvertrauen für das zu geben, was wir tun. Stattdessen flüstert es uns ein, dass wir uns durch unser Talent von anderen unterscheiden – dass wir etwas Besonderes, vielleicht sogar etwas grundlegend Besseres sind.

Wir müssen lernen, zu erkennen, wann wir aus dieser fragilen Balance geraten, sonst vergiftet das den Brunnen unserer Kreativität.

Als ich dieses Gleichgewicht für mich selbst verlor, geschah etwas Seltsames. Ich kann das Jahr genau bestimmen, in dem ich anfang, mein neu gewonnenes Selbstvertrauen beim Sprechen in der Öffentlichkeit zu nutzen, und es war das gleiche Jahr, in dem ich anfang, schlechter zu werden. Ich prahlte mehr als nötig, meine Geschichten wurden länger und ausschweifender, und ich glaube, ich begann, einen herablassenden Ton anzuschlagen. Das größte Problem war, dass andere das vor mir bemerkten – das ist meistens so.

Ich glaube, die Leute erkennen, wenn etwas aus einer Haltung der Demut und Verletzlichkeit kommt oder von jemandem, der glaubt, er sei besser als man selbst. Letzteres ist unendlich unattraktiver und wird das, was der- oder diejenige zu sagen hat, völlig unterminieren.

Es dauerte einige Monate, bis mir klar wurde, wie sehr ich vom Kurs abgekommen war. Und es bedurfte einer besonders scharfen Kritik (auf die ich später in diesem Buch eingehen werde), um mir selbst dieses hässliche Ungleichgewicht einzugestehen, das sich eingeschlichen hatte. Ich nahm eine harte Kurskorrektur vor, aber es dauerte ein gutes Jahr, bis die Leute mir glaubten, dass mein arrogantes »Ich« wirklich Geschichte war.

Richard Rohr spricht vor großen Menschenmengen auf der ganzen Welt und hat sehr ehrlich über seine eigenen Kämpfe mit seinem Ego gesprochen. Ich habe ihn sogar sagen hören, dass er um »angemessene Demut für jeden Tag« betet, nur um auf dem Boden zu bleiben und an seine schwache Menschlichkeit erinnert zu werden.

Die alten Römer wussten das.

Wenn ein General einen großen Feldzug gewann, wurde ihm die Ehre eines Triumphes zuteil, einer riesigen Parade von Truppen, Schätzen und gefangenen Sklaven durch die Straßen Roms. Angeführt wurde die Prozession von dem Feldherrn selbst, der auf einem vergoldeten Wagen in prächtigem Gewand stand, während Scharen von Bürgern die Straßen säumten und seinen Mut und seine großen Taten bejubelten.

Doch hinter dem Feldherrn auf seinem Wagen stand ein Sklave, der einen Lorbeerkranz – das Symbol für den Sieg – über seinen Kopf hielt. Dieser Sklave hatte eine ganz bestimmte Aufgabe zu erfüllen. Er musste dem General ständig ins Ohr flüstern: »Du bist nur ein Mensch. Du bist nur ein Mensch.« Die alten Römer wussten sehr wohl um die Gefahr tyrannischer Könige. Sie waren darauf bedacht, die Generäle daran zu erinnern, dass ihre Taten zwar Lob verdienen, sie aber dennoch nur ein Bürger wie jeder andere waren und sie ihre Arbeit im Dienste des Volkes und nicht um ihrer selbst willen verrichteten.

Als »Macher von Dingen« müssen wir, wenn uns die Bewunderung durch andere überrollt, unsere eigene »flüsternde Stimme« sein, um das Gleichgewicht herzustellen, indem wir uns ständig daran erinnern, dass wir nur Menschen sind. Ganz gleich, wie großartig Sie als Maler, Sänger, Schriftsteller oder Filmemacher sind, Sie sind im Grunde nicht besser als alle anderen. Und Ihre Gabe, die Sie zu geben haben, ist dazu gedacht, andere zu erheben, nicht Sie selbst.



Das Ego ist ein trickreicher Anführer.

Einerseits leitet es Sie an, die Arbeit zu machen, an die Sie glauben, und es gibt Ihnen den Mut, hinter sich selbst zu stehen und weiterzumachen, selbst im Angesicht von Kritik und Zweifeln.

Andererseits ist es ein verbreitetes Phänomen, dass viele Künstler ihre besten Arbeiten vor ihrem großen Durchbruch machen. Wenn sie erst einmal bekannt sind, schaffen manche es nie wieder, an die Qualität ihrer Arbeit davor anzuknüpfen.

»Ihr erstes Album war ihr bestes.«

»Ihre frühen Bilder gehörten zu meinen Lieblingswerken.«

»Nach dem Ringen der ersten Jahre sind seine Arbeiten nun langweilige Wiederholungen.«

Ich frage mich, ob einer der Gründe dafür ist, dass diese Künstler den schlimmsten Impulsen ihres Egos erlaubt haben, sie ihrer Fokussiertheit zu berauben. Ich bin mir nicht sicher, aber es erinnert mich daran, dass ich mich nie durch Selbstgefälligkeit davon abhalten lassen darf, Schönes zu erschaffen.

Dieser Tanz mit unserem Ego kennt zwei Richtungen. Einerseits müssen wir lernen zu verhindern, dass es uns in jemanden verwandelt, den wir nicht mögen und dessen Arbeit nichts zu sagen hat. Und andererseits müssen wir unser Ego als treibende Kraft für unser Selbstvertrauen nutzen. Denn wir brauchen es, um weiterzumachen und uns eine Richtung für das zu geben, was wir erschaffen.



# *Kontrolle*

Vor fünf Jahren gönnte ich mir eine Solo-Auszeit in Snowdonia (Wales).

Die Arbeit war mir etwas über den Kopf gewachsen. Das war zu der Zeit, als ich jeden Tag eine schier endlose Anzahl von Produkten fotografierte und der Griff zur Kamera sich nicht mehr aufregend, sondern demotivierend anfühlte. Ich brauchte eine Pause. Also folgte ich meinem eigenen Rat und fuhr für ein paar Tage in diese malerische Bergregion, in der Hoffnung, dass ein wenig Abstand und eine Auszeit zur dringend benötigten In-Spiration führen würden.

Anstatt einfach nur nichts zu machen, beschloss ich, mir zwei Aufgaben zu stellen.

Erstens wollte ich mich in Landschaftsfotografie versuchen, worin ich zu diesem Zeitpunkt noch keine Erfahrung hatte. Ich dachte mir, dass der Versuch, etwas ganz Neues zu machen und ins kalte Wasser zu springen, sehr belebend und ein notwendiger Kontrapunkt zu der sehr berechenbaren Fotografie in meinem Job sein könnte.

Zweitens beschloss ich, das zu filmen. Ich wollte ein Videotagebuch über alles führen, was ich auf dieser Reise lernte, sowohl über die Fotografie als auch über mich selbst. Ehrlich: Zu diesem Zeitpunkt hatte ich nicht die Absicht, das Video zu veröffentlichen. Ich wusste nur, dass ich vier Tage lang auf mich allein gestellt sein würde – und auch bei Auszeiten gebe ich meinen Händen gern etwas Kreatives zu tun.

Ich hatte eine kleine Hütte an einem Fluss im Ogwen-Tal gebucht und als ich dort eintraf, waren die Bedingungen alles andere als ideal. Es war Ende April und der Frühling tat sich immer noch schwer. Der Himmel war bleigrau und Schneegestöber trieb durch die Täler, sodass ich mich in der ersten Nacht früh in mein warmes Bett zurückzog und ein Buch las.

Am nächsten Morgen stand ich früh auf, in der Hoffnung, dass das Licht besser sein würde, aber das war nicht der Fall. Tatsächlich war das Wetter während der ganzen nächsten drei Tagen typisch walisisch, und ich konnte beim Erkunden der Täler nur eine Handvoll mittelmäßiger Fotos machen.

Das Filmen brachte noch weniger, aber ich nahm den nötigen Mut zusammen, um zwei kurze Beiträge aufzunehmen, in denen ich die Techniken beschrieb, die ich für bestimmte Aufnahmen verwendete. Die restliche Zeit kauerte ich in meinem Auto mit eingeschalteter Heizung, fuhr herum und hörte Podcasts, oder ich parkte vor einer vielversprechenden Aussicht, las ein Buch und betete, dass Licht durch die Wolkendecke brechen möge.

Meine Ausbeute aus diesen Tagen war nicht sonderlich groß, aber das machte mir nichts aus, denn die Auszeit hatte mir gutgetan. Bei solchen Trips geht es nicht darum, produktiv zu sein. Es geht darum, diesen geistigen Raum der Erholung zu schaffen, von dem ich weiter oben sprach. Das ganze Herumsitzen und Nachdenken hatte mich erfrischt. Und mich in Landschaftsfotografie zu versuchen hatte mich kreativ gefordert, was sich ebenfalls gut anfühlte.

Am letzten Morgen, bei einer Tasse Kaffee auf der Holzterrasse mit Blick auf den Fluss, begann ich, das gesammelte Filmmaterial zu sichten. Zusätzlich zu den beiden Clips hatte ich auch etwas B-Roll-Material in den Tälern gedreht und sogar ein paar Mal meine neue Drohne eingesetzt, um Aufnahmen der Seen und Berge zu machen.

Ich nahm mein Notizbuch heraus und begann einen groben Aufbau zu skizzieren. Mir wurde sofort klar, dass ich nicht annähernd genug Material hatte, um daraus ein nennenswertes Video zu machen. Also begann ich nur übungshalber ei-

nen dreiteiligen Monolog zu schreiben: ein Intro, einen Mittelteil und ein Outro, das alles zusammenzurren sollte. Ich wollte herausfinden, ob ich bei etwas besserer Planung ein Video hätte hinbekommen können.

Als ich ungefähr nach einer halben Stunde auf meine Notizen schaute, war ich ein wenig enttäuscht von mir. Mein Entwurf sagte mir, dass ich mit etwas mehr Zeit und Planung durchaus etwas auf die Beine hätte stellen können. Ich sagte mir nochmals, dass ich eigentlich eine Auszeit hatte nehmen wollen – ich hatte keine Lust, mir jetzt noch ein schlechtes Gewissen einzureden.

Ich klappte mein Notizbuch zu und legte es beiseite.

Es war sowieso zu spät, um noch etwas daran zu ändern.

Ich nippte wieder an meinem Kaffee.

Oder doch nicht?

In einem für mich sehr untypischen Moment beschloss ich, aufzustehen und zu verfilmen, was ich gerade geschrieben hatte. Ich wusste, dass das Resultat überstürzt und etwas unsortiert wirken würde. Aus Mangel an Zeit konnte ich keine Locations anfahren, also suchte ich mir drei unterschiedliche Stellen, die alle nicht mehr als 100 Meter von meiner kleinen Hütte entfernt lagen. Ich wechselte sogar jedes Mal meine Jacken und Pullover, damit es so aussah, als hätte ich an drei verschiedenen Tagen gefilmt. Und trotz meines anhaltenden Unbehagens, vor einer Kamera zu sitzen und zu sprechen, nahm ich diese drei Monologe auf.

Dann packte ich hastig zusammen, um die Auscheckzeit einzuhalten, stieg ins Auto und machte mich auf den Rückweg nach London. Auf der Fahrt war ich mir immer noch ziemlich sicher, dass ich dieses Video niemals und niemandem zei-

gen würde. Ich wusste, dass das Filmmaterial schwach war, ich wusste, dass das, was ich in die Kamera gesprochen hatte, hastig und ungeschliffen wirkte. Und ich schämte mich für die Landschaftsaufnahmen, weil sie zu stark bearbeitet und schlecht komponiert waren und meinen Mangel an Erfahrung in diesem Genre zeigten. Nichts von dem, was ich produziert hatte, war in meinen Augen »gute Arbeit«, aber wieder einmal erinnerte ich meinen inneren »Feldweibel« daran, dass das keine Rolle spielte. Ich kehrte erholt nach Hause zurück, und das war der Grund, warum ich überhaupt losgefahren war.

Es dauerte ein paar Wochen, bis ich dazu kam, das Material zu bearbeiten. Ich hatte ihm keine Bedeutung beigemessen, denn es war ja nur für mich gedacht. Aber an einem freien Samstag beschloss ich, damit herumzuspielen und zu sehen, ob ich nicht doch etwas draus machen könnte. Als die Dinge auf der Timeline meines Schnittprogramms angingen, Gestalt anzunehmen, begann ich mich für das Material zu erwärmen. Ich überlegte sogar, es für meine Freunde auf Facebook zu posten. Es wäre eine nette kleine Geschichte und man würde mir die unzulänglichen Bilder und Videos nicht übelnehmen.

Der Schnitt ging schnell vonstatten und bis zum Nachmittag hatte ich ein 16-minütiges Video beisammen. Ich habe gelernt, dass wenn mir etwas leicht von der Hand geht, dies meist ein Zeichen dafür ist, dass ich auf dem richtigen Weg bin. Als ich mir das Video anschaute, sprangen mir die Fehler zwar immer noch ins Auge und hier und da zuckte ich noch innerlich zusammen, aber da war noch etwas anderes. Es war ehrlich.

Ich war immer noch hin- und hergerissen, was ich damit anfangen sollte, und so zeigte ich es einigen engen Freunden und fragte sie, was sie davon hielten. Sie waren begeistert und ermutigten mich, es auf dem YouTube-Kanal zu posten, den ich vor einer Weile eingestellt hatte. Das schien mir sehr riskant.

Das Internet ist voll bösartiger Trolle, die sich nur zu gerne über mein amateurhaftes Umhertapsen in der Landschaftsfotografie lustig machen würden, und ich hatte wirklich keine Lust, mich dem auszusetzen.

Trotzdem hatte dieser kleine Film Logos. In technischer Hinsicht war er ein ziemliches Durcheinander, aber er war wahr. Ich sprach darin offen darüber, dass ich in meinem Job kurz vor dem Burn-out stand und dass mich die Landschaftsfotografie überfordert hatte. Und diese Verletzlichkeit zusammen mit dem ehrlichen Versuch, etwas Neues zu machen, um mich aus meinem kreativen Trott zu befreien, ergaben zusammen eine gute Story. Es bedurfte einiger Selbstgespräche und Verhandlungsrunden mit meinem Ego, um mir den Mut zu geben, soweit an das Gute zu glauben, dass ich den Rat meiner Freundin überhaupt in Betracht zog. Aber obwohl ich mich immer noch sehr unsicher fühlte, lud ich die Datei schließlich auf YouTube hoch und klickte auf den Button, um sie live zu stellen.

Danach ging ich ins Kino, weil ich mir keine Gedanken darüber machen wollte, wer das Video anschaut, und auch nicht die gemeinen Kommentare lesen wollte, die zweifellos eintrudeln würden. Als ich jedoch Stunden später nach Hause kam und den Mut aufbrachte, einen Blick zu riskieren, war ich völlig überrascht von der überwältigend herzlichen Reaktion auf mein Video. Ich fand es wirklich rührend, dass die meisten Leute über die Filmfehler und die stümperhafte Landschaftsfotografie gnädig hinwegzusehen schienen und die Botschaft annahmen.

Diejenigen unter Ihnen, die mich schon von YouTube her kannten, bevor sie dieses Buch in die Hand nahmen, wissen wahrscheinlich, dass dieses eine Video den Ton für den Kanal setzte, den ich heute betreibe. Jetzt kennen Sie auch die Geschichte dahinter und wissen, wie kurz davor dieser kleine

Film war, nie verwirklicht zu werden, und wie kurz davor mein YouTube-Kanal folglich war, nie ans Laufen zu kommen.

Für diejenigen, die über dieses Buch zum ersten Mal in Interaktion mit mir treten: In den Videos, die ich in den letzten fünf Jahren auf diesem YouTube-Kanal veröffentlichte, habe ich auf das Schreiben dieses Buches hingearbeitet. Die Kette von Ereignissen, die dazu führte, dass Sie hier sitzen und diese Worte lesen, begann damit, dass ein ausgebrannter Fotograf den Mut fand, der Welt ein kleines Video zu zeigen, das er gemacht hatte und von dem er eigentlich überhaupt nicht überzeugt war.



Wie Sie sehen, bin ich ein Perfektionist. Das ist eines der größten Hindernisse, die mich davon abhalten, Dinge zu machen und sie dann mit anderen zu teilen.

Es ist ein Irrglaube, dass Perfektionisten Glück haben, weil sie über eine Art fein abgestimmter, innerer Qualitätskontrolle verfügen, die dazu führt, dass alles, was sie machen, zu reinem Gold wird. Jemand sagte einmal zu mir: »Ich wünschte, ich wäre ein Perfektionist.« Wenn Sie wüssten, was das wirklich heißt, würden Sie es Ihrem ärgsten Feind nicht wünschen. Die Realität ist, dass Perfektionismus oft lähmend ist, weil er auf Angst beruht. Perfektionisten haben vor allem Angst davor, etwas in die Welt zu setzen, von dem sie nicht sicher sein können, dass es allgemein als »großartige Arbeit« gelobt wird.

Das offensichtliche Problem ist, dass einem das niemand garantieren kann. Niemals. Tief im Inneren weiß der Perfektionist das auch, und das unglückliche Resultat ist, dass er überhaupt nichts veröffentlicht, weil er nicht garantieren kann, was danach passiert. Viele produzieren also ständig gute Arbeit, die sie dann aus Angst vor allen anderen verstecken.

Sie erkennen den Arbeitsplatz eines Perfektionisten daran, dass er voll von wirklich guten Arbeiten ist, die gerade versteckt, weggeworfen oder zerstört werden. Vielleicht haben Sie sich schon einmal dabei ertappt, wie Sie bei einem Freund zu Hause Zeichnungen angeschaut oder Musik gehört haben, die er geschrieben hat, und sich gefragt haben, warum er das nicht mit dem Rest der Welt teilt. Vielleicht haben Sie ihm gesagt, wie gut seine Arbeit ist, und haben versucht, ihn davon zu überzeugen, sie mit uns anderen zu teilen. Vielleicht hat er Ihnen sogar versprochen, dass er darüber nachdenken würde. Aber die Art und Weise, wie er seine Arbeit vor neugierigen Blicken verbirgt, zeigte Ihnen, dass sie nie das Licht der Welt erblicken wird.

In diesen Fällen haben Sie es wahrscheinlich mit einem gequälten Perfektionisten zu tun. Wenn er nicht garantieren kann, dass jeder seine Arbeit für brilliant hält, wenn er auch nur den geringsten Zweifel hat, wird er seine Arbeit in einem dunklen Regal verstecken oder in den Mülleimer werfen.

Das ist aus zwei Gründen bedauerlich.

Erstens, und das ist der offensichtlichste Grund, ist es schade für uns. Nur weil es nicht das beste Werk ist, das je geschaffen wurde, heißt das nicht, dass es uns anderen nicht große Freude oder Trost bringen könnte. Aber die Angst des Perfektionisten wird uns davon abhalten, das jemals zu erfahren.

Zweitens ist es schade für den Perfektionisten. Der beste Weg, um als kreativer Mensch zu lernen und zu wachsen, besteht darin, anderen zu zeigen, was wir geschaffen haben, und zu sehen, welche Reaktionen wir auf unsere Arbeit erhalten. Diese Feedback-Schleife hilft uns zu beurteilen, wie unsere Arbeit bei anderen ankommt, und gibt uns nützliche Infor-

mationen, um Kurskorrekturen für die Zukunft vorzunehmen. Perfektionisten verweigern sich selbst dieser Möglichkeit und bremsen damit oft ihre eigene Entwicklung.

Selbst wenn Sie sich nicht ausdrücklich als Perfektionist bezeichnen, denke ich, dass jeder Künstler irgendwann mit der Angst kämpft, seine Arbeit in die Welt zu setzen. Kommt Ihnen eine der folgenden Aussagen bekannt vor?

»Ich habe einfach zu viele Ideen. Ich weiß nicht, wo ich anfangen soll.«

»Die Bedingungen müssen perfekt sein, damit ich etwas schaffen kann.«

»Ich würde den Leuten gerne zeigen, was ich mache, aber ich glaube nicht, dass jemand anderes es verstehen wird.«

»Ich weiß, dass ich schon seit Ewigkeiten an diesem Werk arbeite, aber es ist immer noch nicht richtig, also kann es niemand sehen.«

Das sind vielleicht nur Begründungen, die wir uns ausgedacht haben, um unsere Ängste vor der Fertigstellung und dem Teilen unserer Arbeit zu rechtfertigen.

Vor fünf Jahren, während dieser Auszeit in Snowdonia, hatte ich mir zum ersten Mal eingestanden, wie sehr mich diese innere Lähmung verkrüppelte und wie abgedroschen meine Ausreden waren. Und deshalb war es für mich als »genesenden« Perfektionisten ein großer Sieg, dieses Video an diesem Tag online gestellt zu haben.



Ich bin keineswegs geheilt und ringe immer noch täglich mit meinem Perfektionismus. Aber ich möchte Ihnen etwas verraten, das mir zumindest ein mentales Werkzeug an die Hand gegeben hat, um diese Ängste zu relativieren, wenn sie unweigerlich auftauchen. Wie gesagt, Sie leiden vielleicht nicht unter dieser Art von Lähmung oder bezeichnen sich nicht als »Perfektionist«. Aber wir alle haben Angst davor, unsere Arbeit mit anderen zu teilen, und ich glaube, dass dieses einfache Prinzip dabei sehr hilfreich sein kann.

In meinem Fall habe ich diese Wahrheit aus der Lektüre der stoischen Philosophen gelernt. Aber bevor ich darauf eingehe, möchte ich darauf hinweisen, dass der Buddhismus, der Taoismus, einige der Lehren Jesu und sicher auch viele andere Traditionen mehr oder weniger das Gleiche sagen. Die Idee ist nicht neu, und in der Tat war dieses befreiende Konzept den weisesten Menschen unserer Welt und Geschichte immer schon intuitiv klar.

Epictetus schrieb:

*Die Hauptaufgabe im Leben besteht einfach darin, zu erkennen und zu unterscheiden, welche Dinge nicht unter meiner Kontrolle stehen und welche von Entscheidungen abhängen, die ich tatsächlich kontrollieren kann.*

Die Idee ist einfach: Wir müssen aufhören zu versuchen, Dinge zu kontrollieren, die sich unserer Kontrolle entziehen. Und dieser Lernprozess beginnt mit der Erkenntnis darüber, wo unsere Handlungsfähigkeit beginnt und wo sie endet.

Es gibt offensichtlich einiges, was man kontrollieren kann, aber nicht so viel, wie man im Großen und Ganzen vielleicht denkt. Sie können Ihre eigenen Worte und Handlungen kontrollieren, aber das war's auch schon. Sie können nichts außer-

halb Ihrer selbst kontrollieren. Ich glaube, dass die Probleme, in denen wir uns verheddern, und die Ängste, in die wir uns hineinsteigern, oft auf einem Missverständnis darüber beruhen, wie weit unsere Einflussmöglichkeiten reichen. Wenn wir von totaler Kontrolle sprechen, ist diese in Wirklichkeit sehr begrenzt.

Ich nehme mich mal selbst als Beispiel. Was kann ich als Fotograf kontrollieren?

Ich kann mir selbst ein strenger und fordernder Lehrer sein. Ich kann Bücher lesen und die Arbeiten großer Fotografen studieren, um mir ein umfassendes Verständnis des Mediums zu verschaffen, mit dem ich mich beschäftige. Ich kann eine Menge Fotos machen, denn ich werde nur lernen, indem ich etwas tue, Fehler mache, aus ihnen lerne und wieder etwas tue.

Ich kann Geld beiseite legen (wenn ich es erübrigen kann), um die Ausrüstung zu kaufen, die ich brauche. Ich kann lange und intensiv üben, bis der Umgang mit meiner Kamera, meinen Objektiven und meinem Licht mir zur zweiten Natur geworden ist. Ich kann meine Nachbearbeitungstechniken so verfeinern, dass sie meiner Arbeit auf subtile Weise mehr Qualität verleihen, anstatt von ihr abzulenken.

Wenn ich als Fotograf arbeiten will, kann ich mich selbst präsentieren. Ich kann mich bemühen, mich zu vermarkten, um Aufträge zu bekommen. Ich kann versuchen, in den sozialen Medien eine Fangemeinde für meine Arbeit aufzubauen, um mir einen Namen zu machen. Ich kann Beziehungen zu anderen in der Branche aufbauen, die hoffentlich zu Verbindungen führen, die sich später als nützlich erweisen könnten. Ich kann Leute um ein Treffen bitten, die mich vielleicht für die Art von Fotografie, die ich mache, engagieren wollen. Ich kann unbezahlte persönliche Projekte verfolgen, die langfristig die Aufmerksamkeit der richtigen Leute auf sich ziehen könnten.

Ich kann die persönliche Verantwortung für die Definition eines Stils übernehmen, indem ich tausend winzige Entscheidungen »für« und »gegen« die Details in meiner Arbeit treffe, bis sich etwas Kohärentes ergibt. Ich kann hart daran arbeiten, mich selbst kennenzulernen und zu entscheiden, was ich mit meiner Arbeit sagen will. Ich kann mir beibringen, wie ich besser auf Rückschläge reagiere, und ich kann mir Ziele setzen, um sicherzustellen, dass ich auf dem Kurs bleibe, den ich mir selbst gesetzt habe. Ich kann dafür kämpfen, mir bewusst zu machen, wie gut ich heute bin und wie weit ich noch gehen muss, um nüchtern und motiviert für den langen Weg zu bleiben, der vor mir liegt.

All diese Dinge liegen in meiner Macht, wenn ich die persönliche Verantwortung für meine Worte und Taten übernehme, um mich als Fotograf weiterzuentwickeln. Das mag nach einer langen Liste klingen, aber nichts davon garantiert mir »Erfolg«, wie auch immer ich das definieren möchte.

Das liegt daran, dass alles andere außerhalb meiner Kontrolle liegt.

Bevor wir auf die Fotografie im Besonderen zurückkommen, sollten wir uns eingestehen, dass die Liste der Dinge, die wir als einzelne Menschen nicht kontrollieren können, unendlich lang ist: das Wetter, Sportergebnisse, Bürokratie, Gesundheit, die globale Wirtschaft, die Vergangenheit, die Gegenwart und die Veränderungen in der Welt. Wie viel unsagbares Leid und Schmerz fügen wir uns selbst zu, weil wir ständig mit dem Kopf gegen Mauern rennen und versuchen, Dinge zu kontrollieren, die wir nicht kontrollieren können?

Ein Großteil unserer persönlichen Ängste in der modernen Welt rührt aus unserer Frustration darüber, dass wir das Chaos nicht in Ordnung überführen können. Wenn wir uns über die

se Grenzen nicht im Klaren sind, kann dies das Schlimmste in uns hervorbringen. Beobachten Sie nur einmal, wie jemand einen Bahnhofsvorsteher aus Wut über einen verspäteten Zug anbrüllt. Das bringt ihn oder Sie nicht schneller voran, weil es nicht in Ihrer Macht steht – und auch nicht in der des Bahnhofsvorstehers – und dieses Verhalten ruiniert einfach den Tag aller.

Beziehungen werden ruiniert, wenn wir versuchen, die Handlungen unseres Partners zu manipulieren, anstatt zu akzeptieren, dass alles, was in unserer Macht liegt, darin besteht, unsere eigenen Bedürfnisse zu kommunizieren, selbst ein guter Partner zu sein und zu entscheiden, ob wir bleiben oder gehen. Wir können unseren jeweiligen Partnern den bestmöglichen Partner bieten, aber unsere Beziehungen können sich trotzdem auflösen, weil wir nur unsere Hälfte des Ganzen kontrollieren.

Überall auf der Welt fühlen sich Menschen als Versager, weil sie die letzte Beförderung im Job nicht bekommen haben, obwohl das Einzige, was in ihrer Macht stand, darin bestand, ihre Arbeit so gut wie möglich zu machen und zu entscheiden, ob sie bleiben oder gehen wollten. Niemand kann ehrlicherweise versprechen, dass Fleiß mit Erfolg belohnt wird. Wir können unsere Arbeit so gut wie möglich machen, aber wir werden vielleicht nie aufsteigen, weil wir nur unsere Handlungen kontrollieren, nicht aber die Entscheidungen unserer Chefs.

Ähnlich verhält es sich mit den Dingen, die wir herstellen: Wir können die beste Arbeit leisten, zu der wir fähig sind, aber wir können nie kontrollieren, wie sie vom Rest der Welt aufgenommen wird. Nach meiner eigenen Erfahrung ist sogar der Versuch einer Vorhersage unmöglich. Der Grund dafür, dass wir nicht garantieren können, wie unsere Arbeit bei anderen ankommt, liegt darin, dass wir sie an andere Menschen

mit ihren eigenen Vorstellungen, Geschmäckern, Vorbehalten und Entscheidungen weitergeben. Die Dinge, die wir mit anderen teilen, sind nur die eine Hälfte der Gleichung. Ganz gleich, wie bewusst wir mit den Dingen umgehen, die wir erschaffen – unsere Arbeit wird, sobald sie veröffentlicht wird, immer ein Sammelsurium von Reaktionen und Interpretationen hervorrufen, die sich unserer Kontrolle entziehen.

Hier ist die harte Wahrheit: Selbst wenn ich unermüdlich an meinen Beziehungen, in meinem Job oder an meinen kreativen Projekten arbeite, gibt es keine Garantie dafür, dass meine Bemühungen zu den Ergebnissen führen, die ich mir wünsche oder von denen ich glaube, dass ich sie verdiene. Ich bin ein Mensch und meine Kräfte sind begrenzt. Ich weiß, dass einige das nicht hören wollen, nicht zuletzt, weil insbesondere in der westlichen Kultur die fundamentalsten Kapitalisten unter uns jedem erzählen, dass »harte Arbeit immer gleichbedeutend mit Erfolg« sei, egal was man versucht. Aber wir wissen aus Erfahrung, dass das nicht stimmt. Wenn es Ihnen wie mir geht, können Sie sich an viele Male in Ihrem Leben erinnern, an denen Sie etwas unbedingt wollten und alles dafür eingesetzt haben, aber es hat sich trotzdem nicht gelohnt.

So ist das Leben, und wenn wir uns das eingestehen, können wir vielleicht unsere Schuldgefühle abschütteln und das Leben mehr genießen. Für mich war es auf jeden Fall der Schlüssel, um meine Ängste zu überwinden, wenn es darum ging, die Dinge, die ich mache, zu teilen.

Kommen wir noch einmal auf das Beispiel meiner Fotografie zurück.

Ich habe wirklich hart daran gearbeitet, mir ein breites Spektrum an fotografischen Fähigkeiten anzueignen. Ich bin mir sicher, dass ich inzwischen die sagemumwobene 10.000-Stun-

den-Marke überschritten habe, und obwohl ich noch eine lange Entwicklung vor mir sehe, weiß ich, dass ich als Fotograf keine Niete bin.

Trotzdem erhalte ich täglich negative Reaktionen auf meine Arbeit. Ich muss mir unfreundliche Kommentare von Leuten anhören, die in dem, was ich mit ihnen teile, nach Fehlern suchen. Ich werde von vielen meiner Kollegen nicht ernst genommen, nicht zuletzt, weil viele der Meinung sind, dass man sich als seriöser Fotograf diskreditiert hat, wenn man auf einer Plattform wie YouTube auch als Filmemacher auftritt.

Was das Finanzielle angeht, habe ich über ein Jahrzehnt lang darum gekämpft, ein solides Polster an Aufträgen zu haben. Es ist mir viele Jahre lang nicht gelungen, mich über Wasser zu halten, sodass ich manchmal wieder als Kellner arbeiten musste, um meine Miete zu bezahlen. Ich war davon ausgegangen, dass sich die Schleusen öffnen würden, wenn ich erst einmal ein gewisses Niveau erreicht hätte und ein Portfolio vorweisen könnte, das zeigt, wozu ich fähig bin, und dass sich mein Terminkalender und damit auch mein Bankkonto füllen würden.

Was meine persönliche Arbeit angeht, dachte ich, dass ich, nachdem ich mir eine bescheidene Fangemeinde aufgebaut hatte, meine Bilder als große, signierte Abzüge auf meiner Website zum Verkauf anbieten und von den Einnahmen leben könnte, sogar vielleicht in etwas Wohlstand. Ich habe Freunde, die das so gemacht haben und auf diese Weise ein gutes Leben führen, aber mir ist das sicherlich nicht gelungen. In meinem Fall hat es einfach nicht so funktioniert.

Bedeutet dieser »Misserfolg« also, dass ich ein schlechter Fotograf bin und einfach aufgeben sollte?

Nun, das ist das Problem, nicht wahr? Wenn man die Lüge glaubt, dass harte Arbeit automatisch zu Erfolg führt, und der Erfolg dann ausbleibt, muss man daraus schließen, dass es an einem selbst liegen muss – denn dann hat man nicht hart genug gearbeitet. Und mit dieser falschen Schlussfolgerung erzeugt man große Schuldgefühle.

Und auch wenn ich diese Vorstellung zurückweise und das Gefühl habe, dass ich tatsächlich so hart gearbeitet habe, wie ich konnte, und die Dinge trotzdem nicht so gelaufen sind, wie ich es mir erhofft hatte – dann ist es doch eigentlich noch schlimmer? Vielleicht habe ich gar kein Talent und mache mir die ganze Zeit etwas vor.

Diese Schuld- und Versagensgefühle und die Lüge, die wir uns einreden, dass wir die Ergebnisse und Reaktionen auf unsere Arbeit kontrollieren können, sind der Grund, warum viele von uns lieber die Dinge machen, die sie mögen, und sie vor der Welt verstecken, als sich mit der unvermeidlichen Selbstgeißelung auseinanderzusetzen.

Ich möchte jedoch klarstellen: Ich fühle mich keineswegs als Versager. Ich bin sehr stolz auf den Weg, den ich zurückgelegt habe, und darauf, wie sehr ich meine Fähigkeiten ausbauen und meine Vision verfeinern konnte. Ich nehme die Tatsache, dass ich negatives Feedback erhalte oder um meine fotografische Arbeit kämpfen muss, nicht als Zeichen dafür, dass ich faul oder ein talentloser Versager bin. Wenn ich mir erlaube, mir gegenüber weniger hart zu sein und die Dinge im Verhältnis zu sehen, weiß ich, dass fast jeder Fotograf negative Kommentare bekommt und um Aufträge kämpft, und dass die meisten von uns bei der Verwirklichung ihrer hochgesteckten Träume geradeheraus scheitern.



Das Leben ist nicht fair. Und sobald wir das verstanden haben und aufhören, kontrollieren zu wollen, was sich nicht kontrollieren lässt, können wir die Angst und die Schuldgefühle loswerden, die unserer Motivation den Garaus machen.

Ich möchte Ihnen noch ein Zitat von den Stoikern vorstellen, diesmal von Seneca:

*Das größte Hindernis für das Leben ist die Erwartung, die sich an das Morgen hängt und das Heute verliert. Du arrangierst, was in der Hand des Schicksals liegt, und gibst auf, was in deiner Hand liegt.*

Ich hoffe, diese Wahrheit befreit Sie genauso wie mich. Wenn Sie sich bislang mit dem »Versprechen garantierten Erfolgs« motiviert haben, hoffe ich, dass Sie es irgendwie mit »Stolz auf Ihre Arbeit« als dem Grund ersetzen können, aus dem Sie weiter machen und Ihr Bestes geben. Solange ich ehrlich behaupten kann, dass ich alles gewissenhaft erledigt habe, was in meiner Macht steht, kann ich aufhören, mich für alles schuldig zu fühlen, was nicht in meiner Macht steht. Denn das hatte ich von vornherein nicht in der Hand.

Deshalb glaube ich, dass diese Lektion über die Grenzen der eigenen Kontrolle den Teufelskreis des Perfektionismus durchbrechen kann. Wenn ich mir ehrlich und in Kenntnis meiner selbst sagen kann, dass ich heute mein Bestes gegeben habe, und mir dann eingestehe, dass die Ergebnisse und Reaktionen auf dieses Gemälde, Gedicht oder Stück Prosa nicht in meiner Macht liegen, finde ich vielleicht den Mut, es in die Welt zu entlassen. Ich kann mich selbst daran erinnern, dass mein Werk trotz des Durcheinanders an Reaktionen, die es unweigerlich hervorrufen wird, auch jemandem Logos vermitteln

oder einem anderen Künstler zur In-Spiration dienen könnte. Mein eigener Schaffensakt könnte wirklich etwas Gutes bewirken, wenn ich den Mut hätte, es mit anderen zu teilen.

Für den »Erfolg« sind Sie nicht verantwortlich, aber dafür, dass Sie Ihre Arbeit so gut wie möglich machen. Ich hoffe, dass diese einfache Wahrheit Ihnen den gleichen Trost spendet wie mir.

Ein großer Kritikpunkt an den stoischen Philosophen, der von denjenigen vorgebracht wird, die sie nicht wirklich verstehen, lautet: »Wenn man sich selbst beibringt, sich nicht um die Ergebnisse zu kümmern, wie bleibt man dann ehrgeizig, motiviert und hungrig in seiner Arbeit?«

Ich denke, die Antwort ist einfach: Indem man sich auf das Einzige konzentriert, das man überhaupt in der Hand hatte, nämlich die bestmögliche Arbeit zu leisten, und zwar aus reiner Freude an ihr. Wenn Ruhm und Reichtum Ihre Triebfedern sind, dann wird Ihre Motivation mit den Erfolgen und Misserfolgen, die Sie nicht kontrollieren können, steigen und sinken. Wenn Ihre Motivation jedoch auf dem Stolz auf Ihre Arbeit und der persönlichen Verantwortung für Ihre Entwicklung beruht, dann hat sie eine Chance, beständig zu bleiben, weil sie ein in sich geschlossenes System ist.

Ich habe nicht zur Kamera gegriffen, um berühmt oder reich zu werden, sondern weil ich den Akt und die Kunst des Bildermachens liebe. Ich gebe zu, dass ich mich regelmäßig daran erinnern muss, aber jedes Mal, wenn ich mir innerlich bestätige, dass meine Freude wirklich aus dem »Machen« selbst kommt, werden die Dinge wieder einfach und ich bin motiviert, mit meiner Kamera in der Hand vor die Tür zu gehen.

Was machen Sie? Malen Sie? Schreiben Sie? Tanzen Sie? Erinnern Sie sich an die frühere Aufregung, etwas Neues zu schaffen, bevor es so kompliziert wurde? Erinnern Sie sich an die Zeit, bevor die Erwartungen an den Erfolg und die »guten Kritiken« Ihrer Arbeit immer weiter zunahmen? Das ist das, was wir ständig versuchen müssen, in unserer Arbeit wiederzufinden. Wir müssen der Versuchung widerstehen, unseren Hunger nach Dingen zu stillen, die nicht in unserer Macht stehen, und stattdessen unsere Liebe zu der von uns gewählten Kunstform nähren. Denn das ist das Einzige, was uns auf lange Sicht aufrechterhalten wird.



Als ich diese Lektion über Kontrolle im Großen lernte, fiel mir auf, dass sie auch im Kleinen Gültigkeit besitzt.

Als Fotograf kann ich zu unflexibel sein. Aus Angst halte ich an starren Bildkompositionen oder traditionellen Beleuchtungssetups fest, weil dank ihnen meine Bilder eine größere Chance haben, von anderen als »erfolgreich« angesehen zu werden, und weil sie mir helfen, Kritik zu vermeiden.

Ich benutze eine Point-and-Shoot-Kamera im Taschenformat, wenn ich draußen auf der Straße fotografiere. Aufgrund ihrer geringen Größe und ihres unauffälligen Aussehens ist sie eine tolle kleine Kamera, mit der ich weniger Gefahr laufe, »der Szene Schaden zuzufügen«, wie Joel Meyerowitz sagen würde. Dennoch neige ich dazu, sie wie eine herkömmliche Kamera zu benutzen, indem ich starre Aufnahmen mache und beim Fotografieren sogar stillstehe, als hätte ich ein Stativ dabei. Diese Kamera bittet förmlich darum, »frei Schnauze« benutzt zu werden, aber aus Angst es nicht »richtig« zu machen, versteife ich mich auf eher traditionelles Fotografieren.

Neulich war ich unterwegs, um zu fotografieren und fasste gerade ein Motiv auf der anderen Straßenseite ins Auge, als ich aus dem Augenwinkel bemerkte, wie sich jemand auf meiner Straßenseite näherte. Er trug einen blauen Anzug, der einen schönen Kontrast zu dem rostroten Geländer bildete, neben dem ich stand. Ich hatte keine Zeit, etwas zu komponieren, und ich wusste, dass meine Verschlusszeit zu lang eingestellt war, sodass die Bewegung unscharf sein würde, aber ich schwenkte die Kamera hoch und machte instinktiv die Aufnahme. Das entstandene Bild war sicherlich abstrakter als die Aufnahmen, die ich normalerweise mache, aber es gefiel mir sehr.

Plötzlich wurde mir klar, dass ich in einem von mir selbst geschaffenen Trott feststeckte und dass ich eine ganz bestimmte Art habe, Bilder zu machen. Dieses Bild, das ich instinktiv aufgenommen hatte, erinnerte mich daran, wie wichtig es ist, zu experimentieren. Wenn wir ein Werk schaffen wollen, das voller Leben ist, das die Regeln bricht und uns zum Nachdenken anregt, dann müssen wir auch dieses klammernde Bedürfnis überwinden, alles zu kontrollieren. Wenn wir uns zu sehr an die Regeln halten und die Dinge zu fest im Griff haben, kann das unsere Kreativität ersticken. Aber wenn wir uns selbst erlauben, locker mit unserer Kunstform zu spielen, eröffnen sich neue Wege des Ausdrucks.

Ein »versehentlich« gemachtes Foto erinnerte mich daran, dass wir uns am besten dann weiterentwickeln, wenn wir experimentieren und spielen. Das erfordert Mut, wenn andere zusehen, denn wir riskieren, dass sie es nicht verstehen. Als ich dieses Foto im Internet teilte, erhielt ich eine Reihe verwirrter Kommentare, in denen man mir sagte, ich hätte »den Verstand verloren«. Diese Art von Reaktion spielt jedoch keine Rolle. Wenn ich ganz vernünftig und emotionslos darüber

nachdenke, weiß ich, dass sich Starrheit und Wiederholung einschleichen und ich stagnieren werde, wenn ich nur die Arbeiten mache, die mit hoher Wahrscheinlichkeit der Masse gefallen.

Wir werden nur dann glückliche und geistig gesunde »Macher von Dingen« sein, wenn wir uns eingestehen, dass wir nur die Kontrolle über die von uns produzierten Arbeiten und unsere eigene Entwicklung als Künstler haben. Die gefühlte Angst vor den Reaktionen auf unsere Arbeit wird uns keinen Millimeter weiterbringen, und meiner Erfahrung nach führt der verzweifelte Versuch, Dinge zu kontrollieren, die man nicht kontrollieren kann, nur dazu, dass man Menschen verletzt, vor allem sich selbst. Es gibt hier nichts zu gewinnen. Wenn wir loslassen und nicht mehr versuchen, die Reaktionen anderer oder unsere Arbeit zu sehr zu kontrollieren, können wir zur einfachen Freude am Schaffen, am Teilen und am Wachsen als Künstler zurückkehren, was wiederum ein gesundes und ausgeglichenes Ego voraussetzt.

Vielleicht ist es also an der Zeit, dass Sie sich selbst vom Haken lassen. Gestehen Sie sich ein, wo Ihr Einfluss beginnt und wo er endet, und lernen Sie, den Rest loszulassen. Es ist an der Zeit, die mentale Energie von den Erwartungen an die Ergebnisse zu lösen und sich selbst dazu zu bringen, sein Bestes zu geben und der gewissenhafteste und fleißigste Künstler zu werden, der man sein kann. Vielleicht sind Sie am Ende nicht so »erfolgreich«, wie Sie es sich erhofft haben. Aber dann wissen Sie, dass es nicht daran lag, dass Sie die Dinge vernachlässigt haben, die Sie kontrollieren konnten. Und Sie können hoffentlich wohlwollend akzeptieren, dass es an Dingen lag, die eigentlich gar nicht in Ihrer Hand lagen. Und das ist in Ordnung.



Ich besuchte früher regelmäßig eine Live-Musikshow im World's End Pub in Finsbury Park. Sie fand sonntagabends statt und war eine kleine Angelegenheit, bei der jede Woche ein anderes Line-up von drei Singer-Songwritern auftrat, die jeweils fünf selbst geschriebene Lieder vortrugen. Es wurde zur Tradition, dass der Pub die vom Mittagessen übrig gebliebenen Bratkartoffeln, Bratensoße und den Yorkshire Pudding brachte, und wir konnten kostenlos schlemmen, während wir die Musik genossen. Unsere Gastgeberin Kal, selbst eine talentierte Musikerin, erinnerte uns zu Beginn des Abends an die eine Regel, die wir zu Beginn des Abends unisono mit ihr rufen sollten: »Während die Künstler spielen, SHUT THE F#\*! UP!«

Was mich an jedem dieser Abende beeindruckte, war die stratosphärische Qualität der Talente auf dieser Bühne. Aber mit Ausnahme von Ed Sheeran werden Sie wahrscheinlich noch nie von einem der unglaublichen Musiker gehört haben, die bei diesen intimen »We Love Sundays«-Shows spielten.

Woche für Woche sah ich eine Parade außergewöhnlicher Künstler und Künstlerinnen, die sich die Seele aus dem Leib spielten. Und ich empfand es als ungerecht, dass diese talentierten Menschen so unglaubliche Musik spielten, während sich vor ihnen in dem kleinen Raum 40 Besucher die Münder vollstopften und sich die Soße vom Kinn wischten. So respektvoll und dankbar wir auch waren, dass wir dabei sein durften, und so begeistert unser Applaus auch war, so hatte ich doch das Gefühl, dass sie eigentlich vor Stadien voller Fans auftreten sollten und Radiosender auf der ganzen Welt ihre Musik spielen müssten.

Aber wie wir bereits festgestellt haben, ist die Welt kein fairer Ort, und sie belohnt Talent und harte Arbeit nicht automatisch mit unserer sauberen Definition von Erfolg. Doch viele

dieser Künstler schienen sich mit dieser Tatsache bereits abgefunden zu haben. Sie schienen sich nicht um die Größe des Publikums zu scheren, und sie hatten selten das Gefühl, dass ihnen mehr zusteht, als sie hatten. Sie spielten aus purer Freude an der Sache, und ich glaube, sie gaben sich genauso viel Mühe und investierten genauso viel Energie, als wenn sie vor 50.000 schreienden Fans aufgetreten wären und man ihnen exorbitante Summen Gagen gezahlt hätte. Sie waren stolz auf ihre Arbeit. Ich zweifle nicht daran, dass sie die gleichen inneren Kämpfe austrugen wie Sie und ich, aber sie hatten sich dennoch entschieden, ihre Gabe großzügig mit der Welt zu teilen, und das hat mich sehr beeindruckt.

Ich hoffe, dass Sie ebenfalls den Mut finden, das, was Sie machen, mit uns anderen zu teilen. Ich kann Ihnen nicht versprechen, dass es Sie reich macht. Ich kann nicht sagen, ob Sie den Erfolg haben werden, von dem Sie träumen. Ich kann sicherlich nicht garantieren, dass die Leute nur nette Dinge über Ihre Arbeit sagen werden. Aber wenn Sie uns das zeigen, woran Sie gearbeitet haben, gibt es eine Chance, dass jemand davon profitiert, da bin ich mir sicher.



Es gibt diese großartige Geschichte über Michelangelo und sein Bildhauerwerk mit dem Titel *Die Absetzung*. Sie zeigt Jesus, der von drei Figuren, wahrscheinlich der Jungfrau Maria, Maria Magdalena und Nikodemus, vom Kreuz herabgelassen wird. Michelangelo hatte acht Jahre lang daran gearbeitet, als er eines Nachts im Jahr 1555 versuchte, das Werk in einem Wutanfall zu zerstören.

Über die Gründe dafür sind sich die Gelehrten uneinig. Einige sagen, der Marmor habe sich nicht so verhalten, wie er es wollte, und er habe die Beherrschung verloren. Andere sagen, er

habe sich selbst als Modell für die Figur des Nikodemus benutzt und sei besorgt gewesen, dass dies seine Sympathien für Luther und die reformatorische Bewegung verraten könnte, was ihm eine Menge Ärger eingebracht hätte. Manche sagen, der Künstler sei plötzlich besorgt gewesen, dass das linke Bein Christi, das leblos über dem Schoß der Jungfrau Maria hing, zu viel Erotik vermitteln und missverstanden werden könnte, sodass es abgenommen werden musste, ebenso wie andere Gliedmaßen und Anhängsel. Was auch immer der Grund war – mit dieser Arbeit war Michelangelo einfach durch.

Er wurde jedoch in seinem zerstörerischen Tun gestoppt, und die Skulptur wurde von einem anderen Künstler namens Calcagni vor der Vernichtung bewahrt und restauriert. Dieser brachte die Gliedmaßen von Maria Magdalena, die Finger der Jungfrau Maria und die Arme Christi wieder an und tat dann sein Bestes, um das Werk zu vollenden. Es befindet sich heute im Museo dell'Opera del Duomo und erfüllt viele Besucher, vor allem Gläubige, mit Freude und Ehrfurcht (trotz seiner offensichtlichen Mängel, zu denen auch das immer noch fehlende linke Bein Christi gehört).

Niemand von uns ist über diese Ängste und den Wunsch, das Resultat zu kontrollieren, erhaben. In diesem Fall scheint Michelangelo selbst den Kampf mit seinen eigenen Bedenken über die Art und Weise, wie sein Werk betrachtet werden würde, verloren zu haben, und ohne das Eingreifen anderer wäre dieses Werk heute vielleicht nicht mehr als ein unscheinbarer Haufen Schutt.

Es ist an der Zeit, sich seinen Ängsten zu stellen und die Kontrolle abzugeben. Sie müssen nicht erst Perfektion erreichen, bevor Sie den Rest von uns an Ihrem Werk teilhaben lassen. Wie Sheryl Sandberg bekanntlich sagte: »Fertig ist besser als perfekt«. Sie hat natürlich Recht, vor allem, wenn »perfekt«

bedeutet, dass wir Ihre Arbeit nie zu sehen bekommen: »Fertig« aber bedeutet, dass sie in die Welt entlassen wird, wo sie zumindest das Potenzial hat, dem Rest von uns Trost zu spenden und Freude zu bringen.





# *Aufmerksamkeit*

Mein Vater verließ uns, als ich vier Jahre alt war.

Ich kann mich natürlich nicht gut an diese Zeit erinnern, ich war noch zu jung. Meinen vagen Erinnerungen nach (inzwischen bestätigt von vielen Familienmitgliedern) war mein Vater zu dieser Zeit mein Held. Der Höhepunkt meines Tages war, wenn er nach der Arbeit nach Hause kam und mit mir im Garten Fußball spielte oder mich in die Luft warf, bis ihm die Arme wehtaten.

Leider verließ er unsere Familie wegen einer anderen Frau, und meine Mutter musste plötzlich einige wichtige Entscheidungen treffen. Sie musste sich nun allein um meinen sechs Monate alten Bruder und um mich kümmern und ihr war klar, dass sie jede Hilfe brauchte, die sie kriegen konnte. So sehr wir Afrika auch liebten, zog sie mit uns von unserem Zuhause in Simbabwe zurück nach Großbritannien, um näher beim Rest der Familie zu sein.

Es heißt, ich hätte mich von einem Tag auf den anderen verändert. Von einem recht selbstbewussten und gesprächigen Kind wurde ich zu einem schüchternen, stillen und unsicheren kleinen Jungen, der bald Angst vor mündlichen Englischprüfungen haben würde. Das Auseinanderbrechen unserer Kernfamilie und die plötzliche Abwesenheit meines Vaters erschütterten meine noch junge Entwicklung, und es fühlte sich sicherer an, mich in mich selbst zurückzuziehen. Das ist eine Geschichte, die sich millionenfach wiederholt, mit unzähligen Kindern auf der ganzen Welt, und wer das Auseinanderbrechen einer Familie in jungen Jahren selbst miterlebt hat, weiß, wie hilflos man sich dabei fühlt. Meine Mutter tat sicher ihr Bestes, um zwei kleine Kinder allein großzuziehen, während sie gleichzeitig versuchte, mit ihrem eigenen Kummer über den

Verlust der Liebe ihres Lebens fertig zu werden. Aber trotz all ihrer Bemühungen waren die nächsten Jahre ziemlich hart und einsam.

Etwa vier Jahre später zogen wir wieder nach Afrika, diesmal nach Botswana. Dort lernte meine Mutter einen Mann kennen, wurde schwanger und heiratete erneut. Ich weiß noch, wie aufgeregt ich war, dass ich einen Vater bekommen würde. Eltern halten Kinder meist (zum Glück) aus ihrem Liebesleben heraus, also hatte ich noch nicht viel Zeit mit diesem Mann verbracht – aber ich nahm an, dass sich das alles ändern würde, sobald alles offiziell war. Ich würde plötzlich Zugang zu ihm haben, und das vater-förmige Loch in meiner kleinen Jungenseele würde gefüllt werden.

Doch es sollte nicht sein.

Kurz nach ihrer Hochzeit nannte ich ihn das erste Mal »Papa«.

Ich versuchte, es lässig und normal klingen zu lassen, auch wenn es sich alles andere als das anfühlte. Innerlich war ich nervös und voller Vorfreude, weil ich hoffte, dass dies der Beginn von etwas Gutem und Neuem sein würde. Deshalb war ich, wie Sie sich vorstellen können, sehr enttäuscht, als er mich unterbrach und sagte: »Ich bin nicht dein Vater, Sean. Wenn deine Schwester in ein paar Wochen geboren wird, werde ich ihr Vater sein, aber dein Vater bin ich nicht.«

Ich glaube nicht, dass er ein schlechter Mensch war, er hatte nur keine Ahnung davon, wie man mit Kindern umgeht. Und so sehr er meine Mutter auch liebte, war er nicht an einem Pauschalangebot interessiert, bei dem er die Kinder eines anderen als seine eigenen annehmen musste. Als Erwachsener kann ich das natürlich verstehen. Aber als Kind hat mich diese Ab-

lehnung, gepaart mit der Isolation, die sich einstellte, als meine Halbschwester in den Mittelpunkt rückte, nur dazu gebracht, mich immer mehr in mich selbst zurückzuziehen.

Eines Tages, als wir auf Familienbesuch in Großbritannien waren, fuhren wir an die Küste, um einen Tag in einer kleinen Stadt am Meer zu verbringen. Wir spazierten ein paar Stunden herum und sahen uns die malerischen Läden an. Als unsere Beine müde wurden, holten wir uns in einem örtlichen Imbiss ein paar fettige, in Zeitungspapier eingewickelte heiße Pommes frites und suchten uns einen Platz in der Nähe des Hafens, um die einlaufenden Boote zu beobachten.

Ich hatte vor Kurzem eine Kamera zum Geburtstag geschenkt bekommen. Es war eine dieser Plastik-Filmkameras, die beim Weitertransport des Films das unverwechselbare »Ritsch-Ratsch«-Geräusch machten. Ich liebte diese kleine Kamera. Ich hatte nicht nur schnell gemerkt, dass mir das Fotografieren wirklich Spaß machte, sondern sie diente mir schüchternem Kind auch als Ausrede, wenn ich für mich allein sein wollte. Wenn ich so aussah, als würde ich fotografieren, hatten die Erwachsenen nicht das Bedürfnis, mich die ganze Zeit zu fragen, was ich da trieb. Ein kurzer Blick genügte, um die Frage zu beantworten, und sie ließen mich in Ruhe.

Diejenigen unter Ihnen, die schon einmal an der Küste von Devonshire waren, werden mit den Möwen vertraut sein: eine wahre luftgestützte Plage, die in Scharen auftaucht, sobald man heiße Pommes frites aus ihrer Papierverpackung nimmt. Bei dieser Gelegenheit war es nicht anders, und während wir aßen, bildete sich über uns eine bedrohliche, gefiederte Wolke. Während wir eilig unser Essen verschlangen und die fliegende Bedrohung abwehrten, landete eine Möwe vor mir auf dem Gelände, und ich erkannte die Gelegenheit für ein Foto. Ich packte meine Pommes ein, nahm meine Kamera und pirschte mich

heran. Die Möwe rührte sich nicht. Vielleicht dachte sie, ich würde ihr was Leckeres bringen. Vielleicht war ihr meine Nähe aufgrund ihrer Vertrautheit mit Menschen egal. Aus welchem Grund auch immer, die Möwe ließ mich ganz nah an sich heran. Als ich nicht mehr als einen Meter von ihr entfernt war, legte sie schließlich den Kopf schief und zuckte zusammen, als wolle sie wegfliegen. Ich erstarrte, als mir klar wurde, dass sie mich nicht näher heranlassen würde. Langsam hob ich die Kamera und machte das Foto.

Ein oder zwei Wochen später ließ meine Mutter den Film entwickeln, und ich weiß noch, wie ich am Küchentisch saß und die Abzüge durchblätterte. Als wir zu dem Bild mit der Möwe kamen, nahm meine Mutter mir das Foto aus der Hand, um es genauer zu betrachten, und sagte: »Das ist ein gutes Bild. Vielleicht wirst du mal Fotograf.«

Für sie mag es nur eine beiläufige Bemerkung gewesen sein, aber durch meinen Kopf rollte eine Welle warmer Bestätigung und meine Brust schwoll vor Stolz. Das war Labsal für einen unsicheren Jungen, der sich orientierungslos fühlte und an seinem eigenen Wert zweifelte. Ich will nicht so tun, als ob meine Mutter mich nicht generell unterstützt hätte, denn das tat sie definitiv, und ich kann Ihnen nicht sagen, warum diese eine Bemerkung einen solchen Eindruck auf mich machte, aber so war es. Dieses eine Kompliment schlug tief in mir Wurzeln. Und es war der erste Tag, an dem ich mich deutlich an das Hochgefühl erinnern kann, gelobt, bestätigt und angenommen zu werden, weil ich etwas geschaffen hatte, und dieses Gefühl machte süchtig.

Seit diesem Tag musste ich mich oft fragen: »Habe ich nur etwas geschaffen, damit die Leute mich mögen?« Es sollte noch viele Jahre dauern, bis ich wieder zur Fotografie zurückfand, aber hatte ich in den Jahren dazwischen Bands gegründet, weil

ich schreiende Menschenmassen mochte? Hatte ich in der Öffentlichkeit gesprochen, weil ich die gespannte Aufmerksamkeit eines Publikums mochte? Hatte ich kleine Filme gedreht, weil die besten von ihnen bei den Zuschauern eine emotionale Reaktion hervorriefen und von ihnen gelobt wurden, weil sie sie bewegten? Bin ich irgendwann zum Fotografieren zurückgekehrt, weil mir die Leute Komplimente dafür gemacht haben, angefangen bei meiner Mutter vor Jahrzehnten? Wie viel von meiner Kreativität wurde durch die Tatsache angetrieben, dass ich tief in meinem Inneren immer mit dem wurzellosen kleinen Jungen zu kämpfen hatte, der endlos nach Bestätigung und seinem Platz in dieser Welt sucht?

Wir alle haben dieses innere Kind in uns, das sich nach Anerkennung sehnt. Seit den Tagen unserer Kindheit, als unsere Eltern unsere Zeichnungen für würdig genug befanden, um in schwindelerregender Höhe an der Kühlschrankschranktür zu hängen, sind wir auf der Jagd nach der Bestätigung durch unsere Mitmenschen. Anerkennung fühlt sich gut an, das sollte sie auch, und das macht sie zu einem starken Motivator. Sie gibt uns ein Gefühl der Zugehörigkeit, des Wertes, der Wertschätzung und der Verbundenheit mit anderen. Die Dinge, die wir herstellen, können uns diese Art von Feedback von anderen verschaffen, und das ist berauschend. Wir müssen jedoch wachsam bleiben und ehrlich zu uns selbst sein, wenn unser Bedürfnis nach Anerkennung ungesunde Züge annimmt und vom Wunsch nach Akzeptanz zu der Art von Bedürftigkeit umkippt, die uns in die Irre führen kann.

Damit will ich nicht sagen, dass unsere Kreativität aus einem Gefühl der Bedürftigkeit heraus entsteht. Wir alle haben zu Recht das Gefühl, dass sich der Kreislauf unserer Kunst schließt, wenn sie von jemand anderem gewürdigt wird. Wir verbringen viele Stunden mit dem Erschaffen von Dingen, in der Hoff-

nung, dass andere diese wahrnehmen und sich an ihnen erfreuen. Vielleicht hoffen wir auch, dass die Früchte unserer Kreativität anderen etwas Trost spenden oder dieses Gefühl von »Ordnung im existenziellen Chaos« vermitteln, von dem ich im ersten Kapitel sprach. Vielleicht hoffen wir auch, dass unser Publikum, wie groß oder klein es auch sein mag, besser von uns als Menschen denkt, weil wir etwas geschaffen haben, das sie bewegt hat. Dagegen ist nichts einzuwenden, aber wir müssen um unserer selbst Willen unsere persönliche Bedürftigkeit von unserem Schaffensdrang trennen, sonst nehmen die Emotionen rund um unsere Arbeit sehr schnell sehr trübe Züge an.



Werfen wir einen Blick auf das tragische Leben von Vincent van Gogh.

Sein Leben begann mit einer Reihe brutaler Zurückweisungen.

Zunächst brachte Vincents Mutter ihn nur etwa ein Jahr nach der Fehlgeburt eines Kindes zur Welt, das sie posthum ebenfalls Vincent genannt hatte. Er würde nie der Vorstellung seiner Mutter von dem kleinen Engel entsprechen, den sie verloren hatte, und so fühlte er immer das Fehlen jener vitalen und vollen Liebe, die nur eine Mutter geben kann.

Zweitens wurde er von einer Reihe von Frauen, in die er sich verliebt hatte, abgewiesen, was seinem angeschlagenen Selbstwertgefühl nur noch weiter zugesetzt haben wird.

Drittens hatte er sich entschlossen, sein Leben in den Dienst der Kirche zu stellen, die ihn bei mehreren Gelegenheiten rundweg abgelehnt hatte. Schließlich verschaffte er sich selbst Arbeit, indem er sich für den Dienst in einer armen Bergbaugemeinde in Borinage (Belgien) entschied, wohin nur wenige andere Geistliche gehen wollten. Er gab sein Bett anderen und

schlief auf harten Holzdielen, verschenkte viele seiner Besitztümer an Bedürftige und wurde von den Menschen, unter denen er lebte, »Christus der Kohlengruben« genannt. Doch die Kirche wandte sich von ihm ab, beschämt von seiner Entscheidung, mit der Gemeinschaft, für die er sorgte, im Elend zu leben.

Nachdem er aus der Kirche ausgetreten war, wandte er sich ernsthaft der Malerei zu und träumte davon, seinen Lebensunterhalt als Künstler verdienen zu können. Sie können sicherlich nachempfinden, wie sehr er sich gewünscht haben muss, dass das klappte, und wie verzweifelt er sich wünschte, wenigstens hier akzeptiert zu werden. Doch das Leben ist nie einfach und selten fair, und so musste er ständig um Arbeit kämpfen und konnte sich nur schwer finanziell über Wasser halten. Die meiste Zeit seines Lebens konnte er sich nur dank eines Stipendiums ernähren, das ihm sein liebevoller jüngerer Bruder Theo großzügig zur Verfügung stellte, aber selbst dann stand er oft am Rande der absoluten Armut. Vincent van Gogh war der Inbegriff des kämpfenden, hungernden Künstlers.

1888, im Alter von 35 Jahren, zog er nach Arles in Südfrankreich, wo er inspiriert von der strahlenden Sonne und den leuchtenden Farben der Landschaft, so viel malte wie nur zuvor. Er mietete ein Haus und richtete dort ein Atelier ein, von dem er sich erhoffte, dass es andere Künstler anziehen würde und sich so schließlich ein Kollektiv bilden würde.

Paul Gauguin war der einzige Künstler, der sich ihm anschloss, aber nach ein paar Monaten produktiver Zusammenarbeit wurde Vincent unruhig und hatte einen heftigen Streit mit Gauguin, im Laufe dessen er mit einem Rasiermesser auf ihn losging. Der Streit endete damit, dass Gauguin aus purem Selbstschutz aus der Stadt floh. Nachdem er Gauguin die Straße hinuntergejagt hatte, kehrte Vincent ins Atelier zurück und

schnitt sich mit dem Rasiermesser ein Ohr ab, wickelte es in Zeitungspapier ein und übergab es einer örtlichen Prostituierten »zur sicheren Verwahrung«.

Van Gogh hatte sein ganzes Leben schon mit psychischen Erkrankungen zu kämpfen. Aber nach diesem besonderen Vorfall war man in der Stadt so um die eigene Sicherheit besorgt, dass man versuchte, ihn per Petition in die örtliche Nervenheilanstalt einweisen zu lassen. Vincent leistete dem schließlich Folge und schickte seiner Familie Kisten mit seinen Gemälden zur Aufbewahrung, zusammen mit einem Brief, in dem er erklärte, dass er seine Karriere als Maler nicht fortsetzen würde. Einen Moment lang schien es, als hätte er aufgesteckt und wäre froh, einfach weggesperrt zu sein.

Sein jüngerer Bruder Theo hatte ihn jedoch nicht aufgegeben. Er sorgte dafür, dass er in der Anstalt Saint-Paul de Mausole weiter malen konnte, und in dieser Zeit entstanden einige der Werke, für die wir ihn heute am besten kennen, darunter vielleicht sein berühmtestes Werk *Die Sternennacht*, das er malte, während er aus den vergitterten Fenstern seiner Zelle schaute. Als sich Vincents Gesundheitszustand zu bessern begann, organisierte sein Bruder eine Ausstellung seiner Werke, bei der ein einziges Gemälde mit dem Titel *Die roten Weinberge* für 400 Francs verkauft wurde. Der Erfolg hatte eine bittere Note: Das gesamte Geld ging an Vincents Familie zurück, um ihr einen winzigen Teil seiner Schulden zurückzuzahlen.

Dieses besondere Gemälde wird oft in der zweifelhaften Geschichte zitiert, dass Van Gogh zu Lebzeiten nur ein einziges Bild verkauft habe. Das ist mit ziemlicher Sicherheit nicht korrekt, und wir wissen von einigen anderen kleinen Verkäufen, die er getätigt hat, aber die Pointe der oft zitierten Geschichte bleibt bestehen: Er träumte davon, zu Lebzeiten ein anerkannter und erfolgreicher Maler zu werden, und im Vergleich zu

seinen Zeitgenossen Toulouse-Lautrec, Gauguin, Pissarro und Monet war er ein jämmerlicher Versager, der fast keine Werke verkaufte, unfreundliche Kritiken erhielt und von der Kunstwelt nie ernst genommen wurde.

Er malte weiter und man hielt ihn schließlich für gesund genug, um die Anstalt zu verlassen. Seine Familie organisierte ihm eine Unterkunft auf dem Lande in der Nähe von Paris, und er malte weiter in der Hoffnung, dass seine Arbeit irgendwann anerkannt und geschätzt werden würde. Er konnte jedoch kein Publikum für seine Kunst finden und hatte weiterhin mit finanziellen Schwierigkeiten zu kämpfen.

Die Ablehnung seiner Werke und die Sorge, seinem Bruder zur Last zu fallen, überwältigten ihn schließlich. Am 27. Juli 1890 ging er ein paar Meilen aus der Stadt hinaus, um in den Feldern zu malen, wie es seine Gewohnheit war. Aber irgendwann beschloss er, sich mit einem Revolver in die Brust zu schießen, was daneben ging. Er stolperte schließlich zurück in die Stadt, um zwei Tage später in seinem Bett zu sterben, mit seinem fürsorglichen Bruder Theo an seiner Seite.

Dies ist derselbe Vincent van Gogh, den manche heute für den größten Maler aller Zeiten halten. Seine Werke werden für exorbitante Summen verkauft, wie z. B. 1990 sein Gemälde *Portrait des Doktor Gachet* für 82,5 Millionen Dollar. Menschen auf der ganzen Welt studieren seine Werke, und mehr als 2,1 Millionen Menschen besuchen jedes Jahr das beeindruckende Van-Gogh-Museum in Amsterdam, um persönlich vor seinen Werken zu stehen.

Was für eine erschütternde Geschichte. Der vielleicht größte Künstler aller Zeiten musste eine Ablehnung nach der anderen hinnehmen, und ich glaube, dass er einfach verzweifelt danach suchte, irgendwo dazuzugehören, wie wir alle. In seiner kurzen

10-jährigen Karriere als Künstler zwischen 1880 und 1890 schuf er über 900 Werke. Der Glaube an sein Talent trieb ihn an, aber er wurde schließlich von einer Kombination aus psychischer Erkrankung und Verzweiflung besiegt. Ich bin kein Psychologe, aber wenn ich seine Geschichte höre, kann ich den tiefen Schmerz eines begabten Menschen nachempfinden, der immer wieder zurückgewiesen und weggestoßen wurde und schließlich die Hoffnung verlor – mit tragischen Folgen.

Es gibt eine einfache Lektion, die ich von Vincent lerne: Wenn der größte Künstler aller Zeiten zu Lebzeiten keine Anerkennung für sein Werk finden konnte, sollte ich nicht erwarten, mehr zu verdienen als die Mühen, die er auf sich nehmen musste. Das heißt, wenn ich inspiriert bleiben und die Hoffnung nicht verlieren will, muss ich anhand seines Beispiels lernen, mit meinem eigenen verzweifelten Bedürfnis nach Anerkennung und Akzeptanz umzugehen, bevor es mir die Motivation raubt oder mich ganz und gar entgleisen lässt. Die harte Wahrheit ist, dass nicht alle Kunst zum Ruhm führen wird. Tatsächlich werden die meisten Dinge, die Menschen machen, wahrscheinlich kein anerkennendes Publikum finden. Und deshalb müssen wir unsere Erwartungen früh kalibrieren, sonst geben wir vielleicht ganz auf.



Wir können als Künstler auf vielerlei Weise nach Aufmerksamkeit suchen, aber heutzutage können wir nicht über das Thema »Aufmerksamkeit« reden, ohne das allgegenwärtige Phänomen der sozialen Medien anzusprechen. Lassen Sie uns also dieses einzigartige Problem des 21. Jahrhunderts als eine Art Linse nutzen, um einen scharfen Blick auf unser gemeinsames Ringen um Anerkennung für unsere Arbeit zu werfen.

Künstler sind heutzutage so sehr wie nie zuvor auf der Jagd nach Bewunderung und Akzeptanz. Die explosionsartige Verbreitung von Online-Inhalten macht die Bewältigung dieses Problems komplizierter als vielleicht jemals zuvor in der Geschichte der Menschheit.

Es ist wichtig anzuerkennen, dass das Internet und die sozialen Medien ein Geschenk sind. Vor nicht allzu langer Zeit bestand die einzige Möglichkeit, die Aufmerksamkeit auf die eigenen Arbeiten zu lenken, darin, dass man zu den anerkanntesten Talenten gehörte und dann von Agenten, Mäzenen und Kunsthändlern angeworben wurde, die einem dabei halfen, Ausstellungen oder Vorträge zu veranstalten. Natürlich funktionierte dieser Weg nur für einen winzigen Teil der Maler, Schriftsteller und Künstler, die entweder außerordentlich talentiert waren oder unfassbares Glück hatten, während die große Mehrheit der Kunstschaffenden unbeachtet und unentdeckt blieb.

Mit dem Aufkommen des Internets hat sich die kreative Welt jedoch demokratisiert wie nie zuvor. Man muss nicht mehr der Beste in seinem Fach sein, um ein Publikum für seine Arbeit zu finden. Man kann die eigene Arbeit online stellen, so dass die Welt sie sehen und schätzen kann, und zwar ganz aus eigener Initiative. Menschen vom anderen Ende der Welt, die Sie wahrscheinlich nie persönlich treffen werden, können Ihre Arbeit kommentieren und mit Ihnen interagieren.

Es gibt auch Schaltflächen zum Folgen und Abonnieren, mit denen die Leute nicht nur ihr Interesse an dem bekunden können, was Sie gerade tun, sondern auch an dem, was Sie in Zukunft tun werden. Zu wissen, dass es da draußen Menschen gibt, die Ihre Arbeit verfolgen, kann sehr ermutigend und motivierend sein.

Auch wie wir uns als Künstler finanzieren hat sich verändert. Im Mittelalter wurden die besten Künstler ihr ganzes Leben lang von Päpsten, Königen oder reichen Kaufleuten finanziert, die an ihre künstlerischen Bestrebungen glaubten. Diese Mäzene wollten sicherstellen, dass ihr Lieblingskünstler alles hatte, was er brauchte, und dass er jede wache Stunde der Arbeit widmen konnte, die sein Mäzen so gerne sah. Aber mit dem Internet können wir, unabhängig davon, auf welchem Niveau wir als Künstler arbeiten, eine Anhängerschaft aufbauen und eine ganze Reihe von »Mini-Gönnern« sammeln – gewöhnliche Menschen, die unsere Arbeit durch kleine, regelmäßige Spenden unterstützen. Das bedeutet, dass jetzt jeder »Macher von Dingen« und nicht nur die hochbegabte Elite die Möglichkeit hat, Unterstützung für seine Arbeit zu generieren.

Diese Möglichkeiten sind historisch gesehen brandneu, und aufgrund dieser unglaublichen Innovation gibt es nun eine Vielzahl von Künstlern, die ein kleineres, sie schätzendes Publikum finden. Bevor Sie also annehmen, dass ich jetzt über die Übel der sozialen Medien schwadroniere: Das tue ich nicht. Als Fotograf und Filmemacher im digitalen Zeitalter nutze ich persönlich jeden Tag die mir zur Verfügung stehenden technischen Hilfsmittel, um mir eine Fangemeinde für meine Arbeiten aufzubauen. Und so wie die Dinge heute stehen, bin ich in der glücklichen Lage, mich selbst zu versorgen – dank des engagierten Publikums, das ich mir online aufgebaut habe. Ich finde es immer noch etwas unwirklich, dass ich ein Bild oder einen Kurzfilm, den ich produziert habe, posten kann, und innerhalb von Minuten sehen sich Leute von Malaysia bis Moldawien und von Chile bis China diese Arbeit an und teilen ihre Wertschätzung. Aber so berauschend diese Vorstellung auch ist – unsere Erwartungen in Bezug auf die Akzeptanz oder Aufmerksamkeit, die wir online erhalten, können

unser Ego aus dem Gleichgewicht bringen und uns aus der Bahn werfen, wenn wir nicht lernen, die Dinge im richtigen Verhältnis zu sehen.

Soziale Medien können Künstlern auch sehr viel Leid zufügen. Die Entscheidung, unsere Arbeit mit anderen zu teilen, ist noch keine Garantie für Erfolg, Ruhm oder Reichtum. Ich gehöre nicht zu den Quacksalbern, die so tun, als wüssten sie, wie man die Algorithmen knackt. Ich habe in der Vergangenheit verschiedene Dinge ausprobiert, die zu nichts geführt haben. Und um ganz offen zu sein – ich verstehe immer noch nicht wirklich, warum das, was ich gerade tue, funktioniert. Ich bin mir auch bewusst, dass sich das Publikum, das ich mir aufgebaut habe, schon morgen aus allen möglichen Gründen in Luft aufgelöst haben könnte. Also genieße ich alles mit Vorsicht. Denn auch hier gilt: Es liegt in meiner Macht, Arbeiten zu produzieren, auf die ich stolz bin, aber jeder Grad an dauerhaftem »Erfolg« im Internet entzieht sich komplett meiner Kontrolle, wie im vorigen Kapitel beschrieben.

Es ist wichtig, dass wir uns diese Sichtweise heutzutage zu eigen machen, denn ohne sie kämpfen viele Künstler mit Ängsten, und viele wenden sich ganz von dem ab, was sie lieben. Ich habe gesehen, was dieser Kampf den Menschen antut. Ich kenne Fotokollegen, die so wütend darüber sind, dass sie online nicht die Aufmerksamkeit bekommen, die ihnen ihrer Meinung nach zusteht, dass ihre Liebe zu dieser Kunstform darunter leidet. Sie laden ständig Bilder hoch, warten darauf, dafür geliebt zu werden, und löschen dann aus Protest ihre Konten, weil die Online-Welt ihnen nicht das gibt, was sie erwarten. Sie schreiben lange Blogbeiträge darüber, wie furchtbar bestimmte Social-Media-Plattformen sind, und machen daraus fast eine moralische Frage, um ihre eigene Wut und ihren Neid zu verbergen. Falls möglich, möchte ich Ihnen das

ersparen, indem ich Sie ermutige, Ihre Liebe zum »Machen« gedanklich von den Kapriolen der sozialen Medien zu trennen.

Online-Plattformen sind nur Werkzeuge. Sie sind weder gut noch schlecht, sie sind nur voll von Menschen, die sie so nutzen, wie es ihnen am besten passt. Die meisten Menschen nutzen sie nicht, um Ihre Kunst auf intelligente Weise zu bewerten und Sie für Ihre Brillanz zu belohnen. Statistisch gesehen nutzen die meisten Menschen sie aus Eigennutz für schnelle, mundgerechte Unterhaltung, und Sie und ich sind nicht anders, wenn wir ehrlich sind. Wenn Sie die sozialen Medien regelmäßig nutzen, stelle ich mal einige Vermutungen über Sie an:

Ich nehme an, Sie haben im Laufe der Jahre viele Kanäle auf YouTube abonniert, aber Sie sehen sich die dort geposteten Videos nicht mehr wirklich an, weil Sie ständig neue Kanäle entdecken und sich neuen Dingen zuwenden.

Ich nehme an, dass Sie bei vielen unabhängigen Musikern auf Spotify den »Folgen«-Knopf gedrückt haben, in der besten Absicht, mit deren Output Schritt zu halten. Aber meistens spielen Sie immer wieder dieselbe feste Playlist mit Ihren Lieblingstiteln, von denen Sie wissen, dass sie garantiert Ihre Stimmung heben.

Ich könnte mir vorstellen, dass Sie auf Plattformen wie Instagram einer bunten Mischung von Menschen folgen, nicht weil Sie deren Fotos inspirierend finden, sondern eher, weil Sie sie aus dem einen oder anderen Grund interessant finden und sich über das, was sie tun, auf dem Laufenden halten möchten.

Wenn ich also Recht habe und Obiges auf uns alle zutrifft, dann müssen wir anerkennen, dass alle anderen das Internet auf die gleiche Weise nutzen wie wir. Die meisten Online-Interaktionen sind flüchtig und sehr oberflächlich. Das ist nicht falsch, es ist nur die Art und Weise, wie die meisten Menschen

das Internet an einem bestimmten Tag nutzen. Wenn wir uns das vor Augen halten, bewahrt es uns davor, unrealistische Erwartungen zu wecken oder unser Herz aufs Spiel zu setzen, wenn wir unsere Arbeit mit der Welt teilen.

In meinem Fall habe ich eine ganze Reihe von Followern und Abonnenten auf Plattformen wie Instagram und YouTube, aber ich lege keinen übermäßigen Wert darauf, und das hat einen einfachen Grund: Ich weiß sehr wohl, dass Online-Popularität nicht gleichbedeutend mit künstlerischer Meisterschaft ist.

Die Gefahr der sozialen Medien besteht darin, dass wir uns auf Zahlen fixieren, als ob sie eine Art Gradmesser für Talent wären. Wir machen einen großen Fehler, wenn wir davon ausgehen, dass wir als Künstler umso besser sind, je höher diese Zahl ist und je mehr Aufmerksamkeit wir online für unsere Arbeit bekommen.

Aber für diejenigen unter Ihnen, die trotzdem entschlossen sind, den großen Zahlen hinterherzujagen, werde ich das Internet knacken und das Geheimnis verraten, wie man auf Social Media erfolgreich wird. Sind Sie bereit? Also: Wenn Sie online eine große Fangemeinde haben wollen, ziehen Sie sich aus oder legen Sie sich ein Hündchen zu. Die Leute scheinen beides zu mögen. Und wenn Sie Accounts erstellen, um das zu teilen, werden Sie im Handumdrehen eine interessierte Fangemeinde haben. Wenn Sie diesen Rat befolgen und die ersehnte große Zahl erreichen, sollten Sie jedoch wissen, dass die Größe Ihres neu gewonnenen Publikums nicht bedeutet, dass Sie plötzlich ein großer Künstler geworden sind.



Es ist doch so: Irgendwann müssen wir uns entscheiden, was uns wichtig ist.

Die Entwicklung Ihrer Fähigkeiten, die Vertiefung Ihres Verständnisses für die von Ihnen gewählte Kunstform und das Heranwachsen zu einem Menschen, der Wichtiges zu sagen hat – das ist alles Arbeit, die nichts mit den Zahlen der Online-Welt zu tun hat. Die traurige Tatsache ist, dass der durchschnittliche Internetnutzer diese tiefergehende Arbeit nicht erkennt, weil er mit den Dingen, die Sie geschaffen haben, einfach zu wenig Zeit verbringt. So kann er die Tiefe Ihrer Arbeit nie verlässlich beurteilen.

Als Fotograf kann ich mir das leicht selbst beweisen. Wenn ich eine große Fangemeinde im Internet habe und diese Fangemeinde mit meinem Talent als Künstler gleichzusetzen ist, warum rufen mich dann keine Galerien an und betteln mich an, meine Arbeiten ausstellen zu können? Das ist doch offensichtlich, oder? Galerien können die Qualität von Fotografie selbst beurteilen, und sie lassen sich nicht im Geringsten von den kollektiven Meinungen der Online-Massen beeinflussen.

Ich mache auch anderen großen Fotografen mit meinen »Zahlen« nichts vor. Meine Helden wie Salgado und Meyerowitz, McCurry und Leibovitz tummeln sich nicht in den Kommentaren unter meinen Posts und behandeln mich dort wie einen der ihren, denn das bin ich nicht. Ich habe ihnen nicht vorgegaukelt, dass ich ihnen ebenbürtig bin, nur weil meinen Online-Konten bestimmte Zahlen zugeordnet sind. Sie wissen es besser, und ich auch. Ich habe noch einen langen Weg vor mir, und so sollte es auch sein, wenn es mir wirklich ernst damit ist, der beste Fotograf, Filmemacher oder Autor zu sein, der ich sein kann.

Tatsache ist, dass ich Fotografen kenne, die mir unendlich überlegen sind und nur einen Bruchteil meines Online-Publikums haben. Und ich kenne auch Anfänger mit wenig Erfahrung, die eine riesige Anhängerschaft haben. Ich kenne Katzen mit einer

Online-Fangemeinde, die uns alle in den Schatten stellt. Können wir also zugeben, dass diese Zahlen sehr wenig bedeuten, und aufhören, sie so ernst zu nehmen?

Wenn Sie ein erfahrener Maler sind, wissen Sie, welche Größen vor Ihnen da waren und was sie auszeichnete. Keiner von Ihnen, der schon eine Weile dabei ist, wird sich von den großen YouTube-Kanälen täuschen lassen, die Millionen von Abonnenten Maltechniken beibringen. Sie werden jenseits der bloßen Zahlen die Arbeit selbst ins Auge fassen.

Wenn Sie Tänzer sind, werden Sie sich mit der Geschichte menschlicher Bewegungen auseinandergesetzt haben und wissen, auf wessen breiten Schultern Sie jetzt tanzen. Sie lassen sich nicht so leicht von den Millionen Aufrufen eines TikTok-Tanzvideos beeindrucken, denn Sie können die Qualität einer Bewegung beurteilen.

Wenn Sie Dichter sind, haben Sie die großen Poeten in Ihrem Bücherregal und wissen, welche Höhen von wahren Meistern der Kunst erreicht werden können. Sie werden nicht nur auf die Anzahl der Follower eines Instagram-Poeten achten, sondern auch auf die Struktur und die Finesse seines Schreibens. Und Sie werden beides gegen all das abwägen, was Sie von Ihren Vorgängern gelernt haben.

Wir alle suchen nach Qualität, und wenn wir kompetent genug sind, können uns die Zahlen der sozialen Medien nicht täuschen. Das soll nicht heißen, dass diese Leute nicht talentiert sind oder nicht sogar irgendwann wirklich »Große« ihrer Zunft werden könnten. Aber Sie wissen genug, um sich nicht von Zahlen beeinflussen zu lassen und stattdessen die Arbeit selbst zu beurteilen.

Das Gleiche gilt für Sie. Die einzigen Menschen, die von Ihren Online-Followern beeindruckt sein werden, sind Anfänger. Die Anerkennung kommt immer und ausschließlich von denen, die hinter Ihnen die Leiter hochklettern. Daran ist nichts Falsches. Es ist ein gutes Gefühl, Anfänger zu inspirieren. Aber wenn wir in dem, was wir tun, wirklich gut werden wollen, dann hilft es uns sicher, wenn wir uns nicht auf Followerzahlen verlassen und unsere Ziele höherstecken. Ich persönlich möchte, dass die Leute, die sich wirklich mit Fotografie auskennen, denken, dass ich gute Arbeit leiste. Und ich möchte, dass Fotografen, die besser sind als ich, denken, dass ich etwas Sinnvolles tue. Das ist die Bestätigung, die ich ernst nehme. Alles andere ist nur Lärm.

Hören Sie um Ihrer selbst willen auf, online der Aufmerksamkeit anderer hinterherzujagen. Konzentrieren Sie sich stattdessen darauf, in dem, was Sie tun, so gut wie möglich zu sein. Und denken Sie daran, dass die kollektive Meinung des Internets kein verlässlicher Indikator dafür ist, wie gut Sie dabei sind. Das Internet ist eine Million Meilen breit, aber oft nur einen Zentimeter tief, daher werden die sozialen Medien für mich nie mein Maßstab sein. Ein Künstler von Wert zu werden ist etwas, worum man sich ein Leben lang bemühen muss, und zwar im richtigen Leben. Lassen Sie sich also nicht von Ihrer eigentlichen Arbeit ablenken, indem Sie einem Phantom nachjagen.



Letztendlich läuft es darauf hinaus, dass man sich entscheiden muss, ob man »die Massen zufriedenstellen« oder »als Künstler wachsen« möchte.

Ein Beispiel: Ich weiß, dass die Leute vor allem die kontrastreichen Schwarz-Weiß-Bilder lieben, die ich auf Plattformen wie Instagram poste, besonders, wenn sie einen harten diago-

nen Schatten aufweisen. Das sind »Publikumsliebliche«, die in den sozialen Medien gut ankommen, d. h. sie bekommen viele »Likes«, »Shares« und »Kommentare« und andere Online-Leckerlis. Aber ganz ehrlich, diese Bilder langweilen mich. Diese Art von Fotos kann ich immer machen, wenn die Sonne scheint, und sie stellen keine Herausforderung mehr für mich dar. Ich möchte weg von diesem Klischee, das ich selbst geschaffen habe, und neue Dinge entdecken.

Wenn aber nun Aufmerksamkeit mein Ziel wäre, würde ich einfach weiter dieselben Bilder machen und auf dieser Bestätigung herumreiten, solange das Internet mich mit körperlosen »Likes« füttert, aber dabei würde ich mein eigenes Wachstum als Fotograf völlig abwürgen.

Aber wenn ich mich als Fotograf weiterentwickeln will, muss ich neue Dinge erforschen, egal ob die Leute es »verstehen« oder nicht. Aller Wahrscheinlichkeit nach werde ich in der neuen Richtung, die ich ausprobiere, nicht sehr gut sein, zumindest nicht am Anfang. Und wenn ich mich auf neue Wege gebe, könnte mich das einige Aufmerksamkeit kosten. Tatsächlich habe ich vor etwa einem Jahr damit begonnen, die Arbeiten, die ich online veröffentliche, zu verändern, und musste die üblichen Komplimente gegen einige sehr unfreundliche Kommentare von Leuten eintauschen, die nicht verstehen konnten, was ich tat und warum ich nicht weiter die Bilder teile, die sie liebten. Einige taten sogar so, als hätten sie ein Recht darauf und schrieben Dinge wie: »Für so etwas folge ich dir nicht, ich entfolge dich«, als ob ich ihnen etwas schuldig wäre oder irgendwie für sie arbeitete. Trotzdem wusste ich, dass ich etwas Neues ausprobieren und die Tatsache akzeptieren musste, dass ich eine Zeit lang schlecht sein würde, weil ich wusste, dass Erkundung und Mühe auf lange Sicht zu neuem Wachstum und einer neuen Richtung führen würden.

In ähnlicher Weise werde ich immer wieder für die Filme kritisiert, die ich auf YouTube poste: »Die Filme sind zu lang.« »Du redest zu viel.« »Das Tempo ist zu langsam.« Aber das ist mir egal, denn ich habe mir geschworen, wenn ich mich auf einer Plattform wie YouTube engagieren würde, dann nicht der Zahlen wegen. Vielmehr wollte ich die Art von Videos erstellen, von denen ich mehr sehen wollte. Mir war klar, dass dieser Ansatz der kurzen Aufmerksamkeitsspanne des durchschnittlichen YouTube-Nutzers nicht gerecht werden würde, aber sie waren nicht meine Zielgruppe und große Zahlen waren nie mein Ziel.

Das gilt nicht nur für meinen Stil, sondern auch für meine Inhalte. Ich habe etwa 100 Videos auf meinem Kanal, und nur in einer Handvoll davon geht es um Kameras oder Objektive. Die meisten meiner Videos befassen sich mehr mit dem »Warum« der Fotografie als mit dem »Wie« – denn das ist es, was mich interessiert. Ich wusste von Anfang an, dass es eine Menge Kanäle gibt, die Ausrüstung bewerten oder Top-Ten-Tipps auflisten, und ich wollte nicht der nächste YouTube-Kanal mit Tutorials und Reviews sein. Natürlich ist an Kanälen, die sich auf diese Dinge konzentrieren, nichts auszusetzen – ich wollte nur ein wenig mehr in die Tiefe gehen. Wenn es aber doch mal vorkommt, dass ich in einem Video eine bestimmte Kamera erwähne oder dass ich ein Tutorial produziere, schneiden diese Videos in den sozialen Medien prompt viel besser ab.

Die Konsequenzen liegen auf der Hand: Wenn ich möchte, dass mein Kanal in kurzer Zeit groß wird, könnte ich einfach das Thema wechseln und praxisnahe Informationen für alle anbieten, die Kameras kaufen oder versuchen wollen, ihre handwerklichen Fähigkeiten zu verbessern. Daran wäre absolut nichts Falsches, außer dass es heißen würde, dass ich keine Filme mehr produziere, an die ich glaube. Auch wenn meine

Entscheidung, eher nachdenkliche Videos zu machen, wahrscheinlich bedeutet, dass ich früher als andere Kanäle ein Plateau an Zuschauern erreiche, weil die Anzahl derer, die geduldig genug sind, um mein Geschwafel zu ertragen, begrenzt sein wird. Es bedeutet aber auch, dass ich nachts ruhig werde schlafen können, weil ich etwas tue, das mir wichtig ist, und das ist mir wirklich wichtig.

Das ist eines der Dinge, die mich an van Gogh beeindrucken. Obwohl er am Ende seinen Kampf verlor, scheint er sich geweigert zu haben, sein Werk zu verändern, um es für den Kunstmarkt »schmackhafter« und »verkäuflicher« zu machen. Denn er glaubte an das, was er tat, auch wenn die Öffentlichkeit es für zu kühn und grell hielt. Die mangelnde Bestätigung seiner Arbeit mag dazu beigetragen haben, dass er schließlich die Hoffnung verlor, aber sie hat ihn nie dazu veranlasst, seine Arbeit zu kompromittieren. Das ist eine weitere wichtige Lektion, die ich aus seinem Leben gelernt habe.

Sehen Sie die Gefahr, sich von diesem zahlenorientierten Denken leiten zu lassen? Wenn wir der Lüge auf den Leim gehen, dass Online-Aufmerksamkeit bedeutet, wir seien am Ziel angekommen, hören wir vielleicht ganz auf, uns weiterzuentwickeln (wenn wir dieses Ziel denn jemals erreichen). Wir könnten uns selbst davon überzeugen, dass wir die Tiefen unseres Talents ausgelotet haben und auf eine Goldader gestoßen sind, während wir in Wirklichkeit nur an der Oberfläche gekratzt und ein Gimmick gefunden haben, das uns ein wenig die Aufmerksamkeit der Massen verschafft hat. An diesem Punkt würden wir stagnieren, unser schlechtes Gewissen würde vom Jubel unserer Fans übertönt, und wir würden nie das werden, was wir hätten sein können.



Fragen Sie sich, warum Sie sich auf den Plattformen engagieren, auf denen Sie sich engagieren. Sie müssen es nicht. Niemand zwingt Sie dazu, was ist also der wahre Grund? Am hilfreichsten ist es vielleicht, wenn Sie sich fragen, wie viel Aufmerksamkeit genug ist und welchen Zweck sie hat. Was sind Ihre spezifischen Ziele?

Mein Grund, mich online zu engagieren, ist einfach: Ich möchte in der Lage sein, meinen Lebensunterhalt als Künstler zu bestreiten. Ich möchte einen kleinen Kern von Anhängern aufbauen, die an das glauben, was ich tue, und mich bei meiner Arbeit unterstützen. Ich habe weiter oben gesagt, dass wir in einer fantastischen Zeit leben, in der wir als Künstler das Potenzial haben, unsere eigenen Gruppen von Mini-Gönnern aufzubauen, die uns unterstützen – und dass die Zahl der Unterstützer, die wir brauchen, um uns über Wasser zu halten, vielleicht nicht so groß ist, wie wir denken.

Bevor ich meinen YouTube-Kanal startete, hatte ich glücklicherweise den inzwischen berühmten Blogbeitrag von Kevin Kelly mit dem Titel *1.000 True Fans* gelesen, der mir wirklich half, realistische Ziele zu setzen. Sein Artikel beginnt folgendermaßen:

*Um mit deiner Kreativität erfolgreich zu sein, brauchst du keine Millionen. Du brauchst keine Millionen von Dollar oder Millionen von Kunden, Millionen von Klienten oder Millionen von Fans. Um als Kunsthandwerker, Fotograf, Musiker, Designer, Autor, Animator, App-Entwickler, Unternehmer oder Erfinder seinen Lebensunterhalt zu verdienen, braucht man nur Tausende von echten Fans.*

Kelly fährt fort und beschreibt einen »echten Fan« als jeden, der bereit ist, Ihre Arbeit zu kaufen, Sie mit regelmäßigen Spenden zu unterstützen, Tickets zu kaufen, wenn Sie in die Stadt kommen, Ihre Fanartikel zu erwerben oder Sie mit der Herstellung von Einzelstücken zu beauftragen. Die genauen Zahlen variieren stark, je nachdem, was Sie tun und wo auf der Welt Sie es tun, aber der Punkt ist, dass es möglich ist, diesen kleinen Unterstützerkern aufzubauen, der Sie in Ihrer Arbeit unterstützt.

Nach 15 Jahren als Vollzeit-Fotograf bin ich dankbar, dass ich seit drei Jahren erfolgreich für mich selbst arbeite, und zwar nicht als Freiberufler im Kundenauftrag, sondern indem ich die Arbeit, die ich liebe, mit der Unterstützung meiner treuen Anhängerenschaft mache. Verstehen Sie mich nicht falsch, ich bin dankbar für jeden, der Interesse an meiner Arbeit bekundet, egal ob er oder sie mich finanziell unterstützt oder nicht. Aber mein praktisches Ziel war nicht, eine aufgeblähte Zahl an Abonnenten anzuhäufen, hinter der Leute stehen, die sich vage für etwas interessieren, das ich einmal gemacht habe. Es ging mir immer darum, ein kleines Stammpublikum aufzubauen, das dazu beiträgt, dass das, was ich tue, nachhaltig ist.

Man könnte annehmen, dass man eine riesige Fangemeinde braucht, um einen kleinen, engagierten und unterstützenden Kern zu haben, und dass es sich dabei immer um einen stabilen Prozentsatz eines viel größeren Ganzen handelt. Wenn man das Ganze aber von Anfang an zielgerichtet aufbaut, ist das nicht notwendigerweise so. Ein Künstler mit 1.500 Followern hat vielleicht schon genug echte Fans, die ihn unterstützen, damit er seinen Lebensunterhalt bestreiten kann, aber ein Künstler mit 2 Millionen Abonnenten hat vielleicht Schwierigkeiten, echte Fans zu finden, die seine Arbeit unterstützen. Wenn Sie sich auf Qualität statt Quantität konzentrieren und sich

im Vorfeld klare Ziele setzen, können Sie sich eine echte Fangemeinde aufbauen und haben damit bessere Chancen auf eine nachhaltige Karriere.



Ob online oder in unserer physischen Realität – es ist wichtig, dass wir uns selbst gegenüber ehrlich sind, was unsere Erwartungen angeht, und dass wir uns unserem Bedürfnis nach Anerkennung stellen. Wenn wir es langfristig angehen wollen, dann können wir es meiner Meinung nach nicht ernst genug nehmen. Den verheerendsten Fehler begehen wir, wenn wir annehmen, dass uns die Aufmerksamkeit für unsere Arbeit erfüllen oder heilen wird oder dass sie uns die Löcher in unserer Seele füllen wird. Für einen Beweis bräuchten wir nur einen Blick auf die lange Liste von Menschen zu werfen, die ein enormes Maß an Ruhm erlangten und dennoch die Hoffnung verloren. Von Mark Rothko bis Kurt Cobain, von Robin Williams bis Kate Spade – es gibt eine klare Botschaft: Aufmerksamkeit kann uns nicht heilen oder uns Hoffnung geben.

Ich habe viele Beratungsgespräche geführt, um mir meiner eigenen Bedürftigkeit bewusst zu werden. Ich habe in vielen Ledersesseln gesessen und vor den strengen und schweigsamen Gesichtern der Psychologen meine eigene Geschichte erzählt, um meine Reaktionen besser verstehen zu können. Ich habe gelernt, mich dem Loch zu stellen, das mein abwesender Vater in meinem Herzen hinterließ. Ich habe mich mit all meinen peinlichen Versuchen auseinandergesetzt, ältere Männer dazu zu bringen, mein Ersatzvater zu sein. Und damit, dass sich jede angemessene Grenze, die sie zogen, wie eine neue Ablehnung anfühlte. Ich erkannte, wie dieses Gefühl und die Angst vor dem Verlassenwerden in meine Beziehungen gesickert waren und mich unnötig in die Defensive gebracht hatten, weil ich ständig das Schlimmste erwartete. Vor

allem aber konnte ich erkennen, wie hoch meine Erwartungen an die Aufmerksamkeit waren, die ich für meine Musik, meine Fotografie, mein Filmemachen, mein Schreiben oder was auch immer ich gerade tat, bekam, und welche Lügen ich mir einredete, dass es mich heilen würde, wenn ich ein bestimmtes Niveau erreichte.

Meine eigene Geschichte zu kennen und die Stimme dieses gemiedenen kleinen Jungen zu erkennen, wenn er wütend wird, weil er wieder einmal nicht akzeptiert wird – und sich sogar mit ihm anzufreunden – war der Schlüssel für mich. So verrückt es auch klingen mag, ich spreche sogar manchmal mit ihm. Wenn ich spüre, dass Angst und Wut in mir hochkommen, weil ich verletzt bin, weil jemand gemeine Dinge über etwas gesagt hat, das ich gemacht habe, oder wenn ich enttäuscht bin, weil sich niemand für die Arbeit interessiert, die ich als Letztes herausgebracht habe, dann stelle ich mir den kleinen Jungen vor, der ich einmal war, und erinnere ihn: »Es geht nicht um dich. Du bist immer noch genauso wertvoll wie alle anderen um dich herum, und du tust dein Bestes. Einigen Leuten wird gefallen, was du tust, und anderen nicht. Wie könnte es auch anders sein? Nichts von alledem, weder gut noch schlecht, sagt etwas über deinen Wert als menschliches Wesen aus. Du bist gut so wie du bist.«

Wenn ich am Ende von meiner Kunst verlange, dass sie meine emotionalen Defizite ausgleicht, werde ich scheitern. »Mit dem eigenen Schmerz fertig zu werden« und »ein guter Künstler zu werden« müssen getrennte Ziele sein, und keines der beiden kann durch etwas so Belangloses und Hohles wie »Online-Aufmerksamkeit« erreicht werden.

Vielleicht lesen Sie dies und erkennen, dass Sie Ihr Ziel aus den Augen verloren haben und von diesem Drang nach Aufmerksamkeit verführt wurden. Gut, denn dies zu erkennen ist

der erste und größte Schritt, um darüber hinwegzukommen. Der zweite Schritt besteht darin, uns daran zu erinnern, warum wir überhaupt kreativ sind.



2007 kaufte der Schriftsteller John Maloof im Rahmen seiner Recherchen über den Portage Park bei einer Auktion in Chicago eine namenlose Schachtel mit Negativen. Als er begann, die Negative zu scannen und in Positive umzuwandeln, wurde ihm klar, dass er auf die Arbeit eines außergewöhnlichen Streetfotografen gestoßen war. Er stellte die Bilder ins Internet und erhielt eine überwältigende Resonanz von Leuten, die die Qualität der Arbeiten lobten und fragten, wer diese Person sei. Mit ein wenig Recherche fand John heraus, dass es sich bei der Fotografin um ein Kindermädchen namens Vivian Maier handelte, und in den nächsten Jahren versuchte er, so viel wie möglich von ihrer Arbeit aufzuspüren. Schließlich fand er Menschen, die sie kannten, und interviewte sie für seinen Dokumentarfilm *Finding Vivian Maier* aus dem Jahr 2013.

Wenn man sich den Dokumentarfilm ansieht, wird klar, dass Vivian eine komplizierte Person war. Das Einfachste an ihr war jedoch, dass sie es absolut liebte, zu fotografieren. Die Welt der Fotografie war der Ort, an dem sie sich am wohlsten fühlte.

Was mich als Fotografenkollegen jedoch so verwirrte, war, dass sie am Fotografieren selbst mehr Freude zu finden schien als an den Ergebnissen. Für mich besteht die Freude am Fotografieren nicht nur im Aufnehmen der Bilder, sondern vor allem darin, die Ergebnisse zu sehen und sie mit anderen zu teilen. Aber als diese Kisten bei der Auktion entdeckt wurden, waren sie mit voll mit unentwickelten Filmrollen, was bedeutet, dass sie viele ihrer eigenen Bilder nie gesehen hat. Vielleicht war der Grund ein ganz praktischer, nämlich dass sie

sich die Entwicklungskosten nicht leisten konnte, aber das erklärt es nicht ganz. Denn wenn sie es sich leisten konnte, weiterhin Filme zu kaufen, warum dann nicht auch in die Entwicklung? Sie hatte anscheinend eine Entscheidung getroffen. Der Akt des Fotografierens war ihr unendlich viel wichtiger als das Endergebnis. Für Sie bestand die Freude am Fotografieren schon darin, dass sie mit ihrer Kamera auf der Straße stand, beobachtete, die Belichtung einstellte, ihr Bild komponierter und den Auslöser drückte. Sie fotografierte die ganze Zeit über und schien sich weder um die endgültigen Bilder noch um die Aufmerksamkeit zu kümmern, die ihre Arbeit erhalten könnte oder auch nicht.

Ähnlich war es bei Garry Winogrand, einem berühmten Streetfotografen, der 1984 starb und bei dem zum Zeitpunkt seines Todes über 2.500 Rollen unentwickelter Filme gefunden wurden. Winogrand war berühmt dafür, dass er sich selbst und seine Arbeit nicht allzu ernst nahm. Tiefgründige Interpretationen seiner Bilder lehnte er ab. Er sagte einmal ganz einfach: »Ich habe in keinem Bild etwas zu sagen. Mein einziges Interesse an der Fotografie liegt darin, wie die Dinge auf Bildern aussehen.«. Er hatte eine unkomplizierte Freude am Akt des Machens, bei dem es nur um den Prozess ging, und er schien sich nicht allzu sehr um unsere kollektiven Meinungen oder komplizierten Interpretationen seiner Arbeit zu kümmern.

Was, wenn wir wie diese Fotografen lernen könnten, unsere Befriedigung aus dem Akt des Machens selbst zu ziehen, anstatt aus der Reaktion der anderen? Was wäre, wenn wir uns von unserer Sucht nach Aufmerksamkeit befreien und zu mehr Selbstständigkeit gelangen könnten, indem wir das, was wir tun, einfach aus Liebe dazu tun?

Was, wenn ich Sie in Ihre Zukunft mitnehmen und Ihnen zeigen könnte, wie sich die Dinge für Sie entwickeln würden? Was, wenn wir durch ein Portal treten würden und ich Ihnen Ihr gealtertes Ich zeigen könnte, das immer noch malt, schreibt, zeichnet, entwirft und fotografiert? Was, wenn Sie keinen nennenswerten Ruhm für Ihre Arbeit geerntet hätten? Wären Sie dann enttäuscht? Was, wenn Sie genauer hinsehen und feststellen würden, dass Ihr gealtertes Ich in sich hinein lächelt, während es mit dem Bleistift auf dem Papier herumkratzt oder auf der Tastatur herumhämmert? Was, wenn Sie das Werk betrachten und erstaunt wären, wie gut es jetzt ist, wie es zu etwas Solidem gereift ist, etwas, auf das Sie unglaublich stolz sein können?

Was, wenn Sie darüber hinaus feststellen würden, dass Sie einen Weg gefunden haben, bis ins hohe Alter kreativ zu bleiben, und es den Anschein hätte, dass Sie irgendwann das Streben nach Berühmtheit aufgegeben und sich allein damit zufrieden gegeben hätten, kreativ zu sein? Würden Sie immer noch zum Computer eilen, um Zugriffszahlen oder Rankings zu überprüfen, oder wären Sie mit der Freude und der Freiheit des Ausdrucks zufrieden, die Sie erreicht haben? Wäre das genug, um Sie glücklich zu machen?

Das ist meine Hoffnung für Sie und für mich: dass wir lernen, unser Bedürfnis nach Bestätigung von der Freude zu trennen, die wir daraus ziehen, kreativ zu sein. Dass wir lernen, zuerst uns selbst zu lieben, gut mit unserem Schmerz umzugehen und dann aus Freude am Schaffen zu arbeiten und vielleicht ein wenig Ordnung in das Chaos eines anderen Menschen zu bringen.

Wer weiß, was später mit Ihrer Arbeit geschieht? Vielleicht nichts. Vielleicht waren Sie wie van Gogh auf etwas gestoßen, für das die Menschen noch nicht bereit waren, aber Gott sei

Dank haben Sie einen Weg gefunden, weiterzumachen und nicht aufzugeben, denn zukünftige Generationen werden davon profitieren.

Was, wenn das Beste, was passieren kann, ist, dass Ihre Arbeit das Leben einiger weniger Menschen berührt, das Ihnen aber am Ende ein tiefes und dauerhaftes Gefühl der Erfüllung gibt? Nun, das scheint mir eine großartige Art zu sein, sein Leben zu verbringen.

Seien Sie also auf vitale Weise kreativ, und wenn Sie Glück haben, werden Sie im Laufe Ihres Lebens erfahren, dass Menschen Ihre Arbeit zu schätzen wissen. Ich kann nicht garantieren, wie viele es sein oder wie sie reagieren werden. Keiner kann das. Aber ich hoffe, dass Sie einen Punkt erreichen, an dem das keine Rolle mehr spielt. Ich hoffe, dass Sie einen Punkt in sich selbst erreichen, an dem Sie von der Arbeit, die Sie leisten, so erfüllt sind, dass alles andere, einschließlich der Resonanz, die Sie erhalten, nur noch ein Bonus ist. Wenn Sie das schaffen, werden Sie sich selbst retten, Ihre Motivation bewahren und sich vielleicht ironischerweise die beste Chance geben, Ihre einzigartige Stimme zu entwickeln und ein Publikum zu finden, das sich wirklich für Sie interessiert.

*Neid*

Wir schreiben das Jahr 1998. Ich bin 20 Jahre alt, und ich sitze in der heißen Sonne im trockenen, braunen Gras eines Feldes vor einem Lastwagen. Es ist kein gewöhnlicher Lastwagen. Er hat sich transformermäßig in eine voll ausgestattete Bühne mit Licht und Tonanlage verwandelt.

Im Moment spielt eine Band. Das Publikum ist begeistert von ihrem Auftritt, aber ich schäume vor Wut leise vor mich hin.

Meine Band war nämlich gerade erst dort oben und wir hatten ein paar technische Probleme. Die Monitorlautsprecher waren defekt, sodass wir dort, wo wir standen, nur das unabgeschirmte Schlagzeug hörten, und es unmöglich war, uns selbst spielen zu hören. Daher wusste ich, dass meine Tonalage nicht gestimmt hatte und unser Spiel als Band schlampig gewesen war.

Zwischen den Sets hatte die Crew das Problem jedoch behoben und die Band, die gerade auf der Bühne stand, war, nun ja, brilliant. Die Schlagzeug- und Bass-Combo war tight, die Licks des Gitarristen waren kompliziert und präzise, und der Leadsänger hatte mehr Charisma, als ich jemals aufbringen könnte, ganz zu schweigen von seiner hervorragenden Stimme. Je länger ich zusah, desto schwerer fiel es mir, unsere offensichtlichen Unzulänglichkeiten auf fehlerhafte Lautsprecher zu schieben.

Wenn ich ehrlich zu mir selbst war (wozu ich keine Lust verspürte), wusste ich, dass die einzige Erklärung für die Art und Weise, wie die Menge beim Auftritt dieser neuen Band plötzlich in Wallung geriet, war, dass sie viel besser spielte als wir. Festivalbesucher bejubeln nicht die Behebung technischer Probleme, sie bejubeln tolle Musik. Und um dem Ganzen die Krone aufzusetzen: Das hier war ein Bandwettbewerb, und ich wusste, dass man uns deklassiert und an die Wand gespielt hatte – wir waren aus dem Rennen, und zwar in jeder Hinsicht.

Ich saß da und zupfte am vertrockneten Gras, drehte es um meine Finger und versuchte, in Gedanken irgendwelche Schwachstellen an ihrem Auftritt zu finden. Ich wurde auch gemein und begann innerlich ihr Aussehen zu kritisieren: »Was hat der Typ nur für eine dämliche Frisur. Außerdem tut er nur so, jenseits der Bühne muss er ein Alptraum sein. Stell dir vor, du müsstest mit dem leben.«

Meine Chance, gut zu spielen, war dahin. Alles, was mir nun blieb, war der kindische Versuch, die andere Band in Gedanken zu Boden zu zwingen, hinab auf mein niedriges und erbärmliches Niveau. Sie merkten es natürlich nicht, sie waren versunken in die Bewunderung des Publikums, mitgerissen von dem Gefühl, als Band völlig im Einklang zu spielen. Meine emotionale Aufgewühltheit war meine ganz private kleine Hölle.

Der Bassist unserer Band brach schließlich den Bann. Er war ein schlaksiger, sanftmütiger Riese, der dasselbe gesehen hatte wie ich, aber plötzlich meldete er sich zu Wort und sagte: »Die sind wirklich gut, oder?«

Ich drehte mich wortlos zu ihm um und schaute offensichtlich ein wenig ungläubig.

Verwirrt über meinen Gesichtsausdruck sagte er einfach: »Was? Sind sie doch, oder nicht?«

Ich schämte mich plötzlich sehr. Natürlich waren sie es. Deshalb war ich wütend, und seine wunderbar großzügige und vollkommen friedliche Haltung ließ mich mir selbst gegenüber sehr klein und hässlich erscheinen.



Ist es nicht seltsam, dass wir eine Kunstform oft nur bis zu dem Moment schätzen, ab dem wir an ihr teilnehmen? Plötzlich wird sie zu einem Wettbewerb, der unsere ganze Einstellung trüben kann.

Stellen Sie sich folgendes Szenario vor.

Sie entdecken, dass Sie Porträtmalerei mögen, und beginnen, an den Wochenenden regelmäßig in die National Portrait Gallery zu gehen. Dort bewundern Sie die wunderschönen Werke einiger der talentiertesten Künstler der Welt, und staunen, wie diese es schaffen, das unausgesprochene Wesen ihrer Porträtierten einzufangen, jeder von ihnen in seinem eigenen un-nachahmlichen Stil.

Aber dann wagen Sie zu träumen. Sie fragen sich: *Vielleicht steckt in mir auch ein/e Maler/in*. Also kaufen Sie einen Satz Farben, belegen ein paar Kurse und beginnen damit Ihre eigenen Porträts zu malen. Sie durchlaufen die üblichen Phasen, von der Verzweiflung darüber, wie schlecht Sie sind, über den guten Zuspruch Ihrer Lehrer bis hin zur Beherrschung einiger Techniken. Und mit viel Mut und Beharrlichkeit machen Sie Fortschritte.

Nach einem Jahr sind Sie schon ziemlich gut. Sie üben an Ihren Freunden und Ihrer Familie, diese geben Ihnen tolles Feedback und überschütten Sie mit Lob für Ihren Werdegang. Ihre Freunde fangen sogar an, Sie als »Künstler« zu bezeichnen, Ihre Arbeit anderen zu zeigen und mit ihnen anzugeben.

Sie bauen sich online eine kleine Fangemeinde auf, die Ihre Arbeit toll findet. Sie buchen sogar einen Termin bei einer örtlichen Galerie, die sich sehr positiv über einige Ihrer Werke äußert und sagt, dass sie Ihre Arbeiten gerne bald in ihren Räumen ausstellen würde.

Eines Tages schlendern Sie an der National Portrait Gallery vorbei und stellen fest, dass Sie schon lange nicht mehr dort waren. Auf der Arbeit war viel los, und Sie verbringen Ihre gesamte Freizeit damit, an Ihren eigenen Bildern zu arbeiten. Also beschließen Sie, spontan reinzuschauen. Aber Sie stellen

schnell fest, dass sich etwas verändert hat. Sie betrachten die Gemälde jetzt mit anderen Augen – nicht mehr mit den großen Augen eines Zuschauers, sondern mit dem etwas distanziierten und kritischen Blick eines potenziellen Konkurrenten.

Sie wissen, dass dies alles großartige Kunstwerke sind, aber Sie haben sich verändert. Sie spielen jetzt mit. Sie sind stolz auf die Fortschritte, die Sie gemacht haben, und freuen sich über die Möglichkeit, dass Sie eines Tages diese Anerkennung erhalten könnten. Sie schenken den Kunstwerken an den Wänden sogar weniger Aufmerksamkeit als bei früheren Besuchen, weil Sie davon träumen, dass Ihre eigenen Werke dort hängen.

Sie haben auch den ein oder anderen hässlichen Gedanken. Sie suchen nach Schwachstellen in den Werken, die Sie einst bedingungslos geliebt haben. Wenn Sie ganz ehrlich sind, ist da vielleicht sogar eine leise, brodelnde Eifersucht.

Ganz klar: Neid kann uns die Freude an unserem Werdegang verderben und unser Wachstum als Künstler behindern, wenn wir ihn nicht frühzeitig in den Griff bekommen. Und ein Anfang ist gemacht, wenn wir ihn als das erkennen, was er ist, sobald er auftaucht.



Unterm Strich geht es um emotionale Intelligenz.

Ein emotional intelligenter Mensch ist etwas anderes als ein sehr emotionaler Mensch. Man kann nach außen hin sehr emotional oder emotional sehr zurückhaltend sein, aber in beiden Fällen über ein hohes Maß an emotionaler Intelligenz verfügen.

Bei der emotionalen Intelligenz geht es darum, uns über unsere Emotionen im Klaren zu sein und schnell und genau einschätzen zu können, warum sie da sind und worauf wir achten müssen. Viele von uns haben jedoch noch nicht gelernt,

ihre Sprache zu sprechen. Meistens weil wir nicht bereit sind, uns selbst in den Blick zu nehmen, sondern lieber mit dem Finger auf unsere Mitmenschen zeigen, um zu erklären, warum wir so fühlen, wie wir fühlen. Das führt jedoch oft dazu, dass wir den wahren Grund für unsere Gefühle nicht erkennen, und kann in destruktiven Mustern und Bitterkeit enden.

Betrachten wir ein kurzes Beispiel, das die meisten von uns schon erlebt haben.

Sie fahren im dichten Verkehr von der Arbeit nach Hause, und ein anderer Autofahrer schneidet sie.

Sie sind stinksauer!

»Wie kann er es wagen?«

»Er ist mir fast ins Auto gefahren!«

»Für wen hält er sich?«

»Wir wollen alle nach Hause, Kumpel. Du bist nicht wichtiger als der Rest von uns.«

»Was für ein #!\*\$!«

Ich habe das schon erlebt – und die meisten von Ihnen wohl auch. Aber Tatsache ist auch, dass wir nicht wirklich wissen, ob der Typ, der uns geschnitten hat, uns überhaupt bemerkt hat. Manche Menschen sind einfach schlechte Autofahrer. Aber meine emotionale Reaktion ist genauso stark, als würde ich glauben, dass seine unvorsichtige Fahrweise Absicht war. Ob dem so war oder ob er einfach nur schnell nach Hause wollte und schlampig fuhr – meine heftige emotionale Reaktion steht wahrscheinlich in keinem Verhältnis zum eigentlichen Tatbestand.

Die emotional Intelligenten unter Ihnen werden das sofort erkennen. Sie verspüren vielleicht noch die erste, reflexartige Reaktion, aber Sie können wahrscheinlich schon im Auto darüber lächeln, wie sehr Sie sich über eine solche Kleinigkeit aufgeregt haben. Wenn Sie sich Ihrer selbst bewusst sind, werden Sie anfangen, sich Fragen zu stellen, um herauszufinden, worum es bei dieser Reaktion wirklich ging.

Mit etwas Ehrlichkeit sich selbst gegenüber stellen Sie vielleicht nach einer kurzen inneren Bestandsaufnahme fest, dass Ihre Reaktion in Wirklichkeit von der Wut über Ihre empfundene Ohnmacht herrührte.

Vielleicht sind Sie wütend, weil es in Ihrem Job nicht gut läuft, Ihr Chef Sie mit seinen Forderungen tyrannisiert und Ihnen die Kraft fehlt, dagegen anzugehen.

Vielleicht haben Sie Beziehungsprobleme und das Gefühl, dass diese Sie Ihr Selbstwertgefühl kosten.

Vielleicht sind Sie gerade aus einem ruhigeren Teil der Welt in diese Stadt gezogen und kämpfen noch damit, wie wenig Zeit und Platz Ihnen nun an Ihrem neuen Wohnort bleibt.

Vielleicht sind es all diese Dinge zusammen, die dazu führen, dass Sie sich auf Ihrem Weg unsichtbar, einsam und machtlos fühlen.

Plötzlich wird Ihnen klar, dass Ihre Wut über die rücksichtslose Aktion dieses Mannes ein Symptom für ein viel größeres Problem ist, was die Intensität dieses Gefühls auch besser erklärt. Und wenn Sie sich dem stellen, kann das heißen, dass Sie in der Lage sind, Lösungen für dieses Problem zu finden.

Aber allzu oft führt das Erleben negativer Emotionen dazu, dass wir faulerweise nach jemandem oder etwas anderem suchen, dem wir die Schuld geben können. Und damit hinter-

fragen wir unsere Reaktion nicht mehr, weil wir uns selbst nicht in den Blick nehmen wollen. Unser Mangel an Ehrlichkeit und Bewusstheit raubt uns die Fähigkeit, mit dem wahren Problem umzugehen, sodass wir frustriert bleiben. Und wenn sich dieses Muster fortsetzt, wird es mit der Zeit noch schlimmer. Wir könnten den Kontakt zu uns selbst völlig verlieren.

Das ist der Grund, warum Menschen verbittert werden – weil sie sich in einem Kreislauf von Schuldzuweisungen verfangen und nie einen ehrlichen Blick nach innen werfen. Die Frustration und die Wut nehmen zu, und der Schlüssel zu ihrer Freiheit rückt immer weiter in unerreichbare Ferne.

Die Wahrheit ist, dass ein negatives Gefühl in uns in den meisten Fällen auf etwas in uns selbst hinweist, das sich ändern muss, und das wird nicht verschwinden, bis wir es angehen.

Das soll natürlich nicht heißen, dass es keine Momente in unserem Leben gibt, in denen uns jemand wirklich verletzt und wir als Reaktion auf sein Verhalten berechtigterweise Schmerz empfinden. Aber übermäßig negative Emotionen deuten oft auf etwas in uns selbst hin, mit dem wir uns auseinandersetzen müssen. Es lohnt sich immer, sich die Zeit zu nehmen, nach innen zu schauen und sich ein paar schwierige Fragen zu stellen.



Behalten wir all das im Hinterkopf und werfen wir einen Blick auf den Neid.

Neid ist kein Gefühl, das wir uns allzu oft eingestehen. Wir verstecken ihn vor uns selbst in anderen Gefühlen, weil wir wissen, dass er kein attraktiver Zug ist. Nennen wir also einige unserer emotionalen Reaktionen, die, wenn wir ehrlich sind, wahrscheinlich mit unserer Eifersucht auf das Talent oder den Erfolg eines anderen zu tun haben.

Wie wäre es mit dem Gefühl der Überlegenheit? Wir haben bereits im Kapitel über das Ego darüber gesprochen und wissen, dass der größte Trick des Egos darin besteht, uns das Gefühl zu geben, von den Menschen um uns herum getrennt und ihnen überlegen zu sein. Wenn es sich jedoch von einer spielerischen Beschäftigung unseres Verstandes zu einer Besessenheit entwickelt, uns von einem anderen Künstler abzugrenzen und uns ihm überlegen zu fühlen, dann verbirgt sich dahinter Eifersucht.

Manchmal ertappen wir uns dabei, dass wir der Arbeit anderer Menschen Etiketten anheften, um sie vor unseren Augen – oder denen anderer – herabzusetzen.

»Ja, ich mag die Streetfotografie von Soundso, aber sie ist eigentlich nur eine Variante dessen, was Saul Leiter vor Jahren gemacht hat.«

»Seine Songtexte sind schon ok, aber letztendlich macht er ziemlich uninspirierte und abgekupferte Country-Musik.«

»Ihre Gemälde sind nicht schlecht, aber ehrlich gesagt, sind sie nur blasse Imitationen von Lucian Freuds Arbeiten.«

Wenn wir uns selbst dabei ertappen, wie wir die Arbeit anderer mit Etiketten versehen und in Schubladen stecken, ist das ein ziemlich sicheres Zeichen dafür, dass Neid im Spiel ist.

Eine häufige Praxis, die Sie vielleicht schon online beobachtet haben, ist, dass Menschen die Anonymität des Internets ausnutzen und andere korrigieren oder kritisieren, obwohl niemand nach ihrer Meinung gefragt hat. Wenn Sie sich auf den Profilen anderer Leute herumtreiben und ihnen sagen müssen, dass sie »das Foto falsch belichtet haben«, dass ihren »Gedichten die Struktur fehlt«, dass ihr »Songwriting nicht den Anforderungen entspricht«, dann müssen Sie sich fragen, wa-

rum. Was treibt Sie dazu, und warum gerade bei diesen Personen? Liegt es wirklich daran, dass Sie ihnen helfen wollen, besser zu werden, oder wollen Sie sie vielmehr entmutigen und so tun, als ob Sie es besser wüssten? Ein wenig Selbsterkenntnis und emotionale Intelligenz könnten einen gewissen Neid in Ihnen aufdecken, und damit müssen Sie sich beschäftigen.

Ein weiterer Ort, an dem sich unser Neid verstecken kann, liegt in unseren Regel- oder Moralvorstellungen. Wenn wir versuchen, irgendeine Praxis oder Norm auszugraben, die durch die Arbeit eines anderen Menschen verletzt wurde, ist das meist nur ein billiger Trick, mit dem wir diesem Künstler ein Bein zu stellen versuchen. Wir wissen objektiv, dass es nicht unsere Aufgabe ist, andere Künstler zu überwachen und sicherzustellen, dass sie alles »richtig« machen. Unsere einzige Aufgabe ist unsere eigene Integrität. Wenn wir jedoch nicht anders können, als unsere Moralvorstellungen auf die Arbeit eines anderen Künstlers anzuwenden, ist es an der Zeit, etwas emotionale Intelligenz walten zu lassen und sich unserer inneren Hässlichkeit zu stellen.

Lassen Sie mich Ihnen ein Beispiel geben.

Ich glaube, viele Fotografen würden sich gerne in Streetfotografie versuchen, scheuen aber – berechtigterweise – davor zurück. Es ist ja auch ein respekteinflößendes Genre. Ich habe in den vorigen Kapiteln von meinen eigenen Schwierigkeiten erzählt. Stellen Sie sich nun einen Fotografen vor, der nicht den Mut hat, loszuziehen und es selbst zu versuchen, und der erfolgreiche Streetfotografen beobachtet, die für ihre Arbeit von der Kritik gelobt werden. Der Neid auf den vermeintlichen Erfolg könnte eine in emotionaler Hinsicht nicht so intelligente Person dazu verleiten, Gründe zu erfinden, warum das gesamte Genre der Streetfotografie »moralisch bankrott« sei – um

den eigenen Neid zu verbergen, sogar vor sich selbst (ich habe diesen Satz tatsächlich von einem solchen Fotografen gehört).

Diese Leute könnten nun im Internet nach den Fotografen suchen, die für ihre Arbeit Aufmerksamkeit ernten, und in den Kommentarspalten unter ihren besten Schnappschüssen behaupten, dass es irgendwie unethisch oder sogar illegal sei, nicht die schriftliche Erlaubnis der fotografierten – fremden – Menschen eingeholt zu haben. Natürlich ist es weder das eine noch das andere, jedenfalls nicht im Vereinigten Königreich, während ich dies schreibe. Streetfotografie ist hier seit den Anfängen des Mediums ein legitimes Genre.

Interessanterweise kritisieren diese frustrierten Fotokollegen jedoch nicht die Arbeit von Henri Cartier-Bresson, Joel Meyerowitz, Elliott Erwitt oder anderen großen Streetfotografen. Sie kritisieren auch nicht die weniger bekannten Streetfotografen, die kaum oder gar keine Aufmerksamkeit erhalten. Sie kritisieren ihre Kollegen, die mit ihrer Arbeit für Aufsehen sorgen. Diese Besonderheit sollte uns ein Zeichen dafür sein, dass es hier nicht ums Prinzip geht. Es ist ein selektives Moralisieren, geboren aus Neid auf einen Fotografen, der etwas hat, was ein anderer haben will.

Diese Leute würden mit ihren Bildern gern ebenso viel Interesse erregen, aber aus Angst haben sie sich stattdessen für die Aufführung einer Moritat entschieden, in der sie der prinzipientreue Held sind, der für das Gute kämpft, ohne jemals selbst Risiken eingehen zu müssen. Anstatt eine Kamera in die Hand zu nehmen und vor die Tür zu gehen, versuchen sie, Ihren Kollegen das Arbeiten schwer zu machen, oder schlimmstenfalls, sie dazu zu bringen, diese ganz einzustellen.

Dabei war es die Qualität dieser Arbeit bzw. die ihr zuteil werdende Aufmerksamkeit, die sie überhaupt erst angezogen hatte.

Das Gefühl, ein Anrecht auf etwas zu haben, das ein anderer Künstler hat, insbesondere Aufmerksamkeit, ist ein weiteres Zeichen für Neid. Wie oft denken wir uns etwas wie:

»Warum hat sie für ihre Arbeit so viele Follower und ich nicht?«

»Meine Arbeit sollte in dieser Galerie hängen, die ist viel besser als ihre.«

»Warum hat dieser Journalist ihn interviewt und nicht mich?«

»Diese Website hat ihre Gedichte veröffentlicht und nicht meine? Aber sie schreibt doch totalen Müll!«

All das steht Ihnen nicht zu, und zu glauben, dass die Welt gerecht ist, ist ein großer Fehler. Deshalb haben wir im vorigen Kapitel so viel Zeit damit verbracht, über unser Bedürfnis nach Aufmerksamkeit zu sprechen – denn wenn wir das nicht tun, ist Neid die unausweichliche Folge. Um zu verhindern, dass sich unsere Taten gegen uns wenden, müssen wir diese Emotion schnell erkennen und lernen, uns instinktiv unserer eigenen Bedürftigkeit zu stellen, anstatt die Schuld bei anderen zu suchen.



Letztendlich wird Neid, genau wie Perfektionismus und Bedürftigkeit, durch sehr reale Ängste geschürt.

Angst, abgehängt zu werden.

Angst, nicht gut genug zu sein.

Angst, nicht so begabt zu sein wie andere.

Angst, nicht das Erreichen zu können, was andere erreicht haben.

Angst zu versagen.

Vielleicht sogar Angst vor dem Erfolg, infolge derer wir uns selbst sabotieren und dann diejenigen attackieren, die ihren Erfolg wohlwollender annehmen konnten als wir.

Sie werden feststellen, dass all diese Ängste Vergleichsängste sind. Sie entstehen, weil wir uns ständig mit dem Talent, dem Fortschritt, der Anerkennung oder den Errungenschaften anderer vergleichen.

Theodore Roosevelt hat einmal gesagt: »Der Vergleich ist der Dieb der Freude«. Wir kennen das nur zu gut. Wenn wir beginnen, die Feinheiten eines Mediums zu erlernen, begeistert uns die Kunstform, und wir genießen das Hochgefühl, wenn wir dank unserer Fähigkeiten das auszudrücken vermögen, was uns am Herzen liegt. Aber wir wissen auch, dass wir uns all das sehr schnell verderben können, wenn wir unsere Arbeit mit der anderer vergleichen.

Ich glaube nicht, dass viele von uns diese Phase, in der wir zu vergleichen beginnen und Eifersucht empfinden, einfach überspringen können. Wir sind alle Menschen, und dies sind ganz normale menschliche Gefühle. Der Trick besteht darin, diese Phase in dem Moment zu erkennen, in dem sie auftaucht, und sie unter Aufbietung all unserer emotionalen Intelligenz als das zu benennen, was sie ist. Wir sind ängstlich. Wir werden eifersüchtig. Wenn diese Phase eintritt, ist das ein Zeichen dafür, dass uns die Teilnahme an dieser Kunstform jetzt etwas bedeutet. Sie ist wichtig geworden. Unser Selbstverständnis könnte von ihr abhängen. Wir wollen uns in diesem Bereich so weit wie möglich abheben, wir wollen Erfolg haben und anerkannt werden, und wenn wir ehrlich sind, wollen wir besser sein als alle anderen.

Aber wenn der Neid anklopft, denken Sie daran: Die wahren Meister laufen ihr eigenes Rennen.

Wie wir bereits besprochen haben, mussten wir uns dieser Tendenz noch nie so bewusst sein wie in unserem Zeitalter der sozialen Medien und des Internets. Wir haben jetzt Zugang zu allem und bekommen ständig gezeigt, was alle anderen produzieren.

Wenn Sie beispielsweise Fotograf sind, sehen Sie jeden Tag Tausende von Bildern online – nicht nur die Ihrer Kollegen, sondern Sie haben auch Zugang zu den Bildern der ganz Großen, die bis zu den Anfängen der Fotografie selbst zurückreichen. Innerhalb einer nur wenige Minuten dauernden Google-Suche kann ich Streetfotos aus dem Paris der 1950er-Jahre sehen, die von Cartier-Bresson aufgenommen wurden, das letzte Titelbild, das Annie Leibovitz für *Vanity Fair* gemacht hat, Porträts, die Edward Curtis von den amerikanischen Ureinwohnern um die Jahrhundertwende aufgenommen hat, oder Arbeiten, die ein Freund von mir in der letzten Woche in meiner eigenen Stadt produziert hat.

Wie können wir realistischere einen Wettbewerb darin sehen, Zugang zu Milliarden von Bildern aus den letzten 200 Jahren der Fotografie zu haben? Ich bin sehr für Ehrgeiz, aber man muss ihn im Zaum halten, sonst führt er zu einer emotionalen Verwirrung, die einen letztendlich der Schaffenskraft raubt.

Wir fangen an, tausend verschiedenen Zielen hinterherzulaufen, und torpedieren schließlich unser eigenes Wachstum, indem wir versuchen, zu viel zu beweisen und zu vielen zu gefallen. Wir setzen unsere ganze Inspiration aufs Spiel, weil wir nicht mehr nach innen schauen und uns fragen, was wir wirklich sagen wollen. Stattdessen schauen wir nur geradeaus, versuchen dem System ein Schnippchen zu schlagen und besser auszusehen als unsere Konkurrenten.

Es ist offensichtlich: Neid wird uns vom Weg abbringen.

Aber die Dinge werden sehr einfach, wenn wir diszipliniert sind, uns klare und persönliche Ziele setzen und versuchen, unsere beste Arbeit abzuliefern, unabhängig davon, was alle anderen machen. Wie die besten Marathonläufer laufen wir nicht gegen die 1.000 anderen Teilnehmer. Stattdessen versuchen wir, die beste Strategie zu entwickeln, um die für uns schnellstmögliche Zeit über 42,195 Kilometer zu laufen, unabhängig davon, was alle anderen tun.

Wir laufen unser eigenes Rennen.



Nun, nichts von alledem bedeutet, dass diese Eifersuchtsgefühle auf magische Weise verschwinden, aber ich kenne eine einfache und praktische Maßnahme, die ungemein hilft: Machen Sie der Person, die Sie beneiden, ein Kompliment.

Wir sind nur auf jemand anderen eifersüchtig, weil wir wissen, dass seine Arbeit gut ist. Wie wäre es also, wenn wir diesem anderen Künstler sagen würden, dass wir seine Arbeit wirklich gut finden – anstatt unsere Eifersucht zu pflegen und Gefühle zu hegen, die uns nur im Weg stehen.

An jenem Tag, beim Band-Wettbewerb, probierte ich das zum ersten Mal aus. Ich schämte mich so sehr für mein Herumgeschmölle, dass mir klar war, dass ich etwas tun musste. Also zwang ich mich, die Band aufzusuchen, nachdem sie die Bühne verlassen hatte, und ihnen zu sagen, wie toll ich ihren Auftritt fand. Ich wollte es nicht, aber ich wusste, dass es die Wahrheit war. Ich tat es wohl als Buße für die hässlichen Dinge, die ich gedacht hatte, aber ich machte dabei eine Entdeckung.

Komplimente bewirken, dass Neid sich in Luft auflöst.

Als die Worte aus meinem Mund kamen, wurde mir klar, dass ich alles glaubte, was ich sagte: »Ihr wart großartig. Der zweite Song war brilliant. Du hast eine tolle Stimme, Kumpel. Ich wollte nur sagen, gut gemacht.« Ich zählte einfach nur die Dinge auf, wegen derer ich eifersüchtig war, aber das Kompliment machte sie real und verwandelte Eifersucht sofort in Großzügigkeit. Ich mochte es vielmehr, dieser Mensch zu sein als dieser verbitterte Stenz, der eine halbe Stunde zuvor noch Gras zwischen seinen Fingern hin- und hergedreht hatte. Tatsächlich fühlte ich mich plötzlich sehr weit von dieser Person entfernt, weiter als es 30 Minuten rechtfertigen würden, und ich glaube, das liegt daran, dass Komplimente die magische Fähigkeit haben, den Bann zu brechen, den der Neid über uns verhängt.

Sie glauben mir nicht? Probieren Sie es aus.

Wir sind in der Regel sehr sparsam mit Komplimenten. Ich frage mich, ob das daran liegt, dass wir denken, ein Kompliment zu machen bedeute, zuzugeben, dass wir »weniger« sind als jemand anderes, weil wir in unserem Kopf immer noch das Vergleichsspiel spielen.

Meiner Erfahrung nach haben Komplimente von Menschen, die größere Künstler sind als ich, meine Wertschätzung für sie nicht im Geringsten geschmälert. Ganz im Gegenteil. Wenn jemand, den ich respektiere, mir ein Kompliment für meine Arbeit macht, wird er in meinen Augen noch größer, denn er hat nicht nur die Fähigkeiten, für die ich ihn respektiert habe, sondern er hat sich jetzt auch als liebenswürdiger, ermutigender, sicherer und großzügiger Mensch erwiesen.

Wenn Sie beim Lesen dieses Kapitels an jemanden gedacht haben, auf den Sie neidisch sind, können Sie spüren, wie viel Anstrengung das kostet. Als ich anfangs vorschlug, der Person

ein Kompliment zu ihrer Arbeit zu machen, haben Sie das vielleicht für absurd gehalten, wenn Sie es auf Ihren speziellen Kontext anwenden. Ich behaupte nicht, dass es einfach sein wird. Sie werden sich wahrscheinlich dazu zwingen müssen, so wie ich es getan habe, aber ich verspreche Ihnen, dass die Ergebnisse tiefgreifend sein werden. Es kann Sie und ihre Kreativität befreien.

An diesem Tag traten sogar noch bessere Bands auf, und ich hatte eine tolle Zeit. Ich habe jede einzelne von ihnen genossen. Anstatt mich darüber zu ärgern, dass wir beim Wettbewerb den vorletzten Platz belegten, habe ich einige neue Musiker kennengelernt und – was noch wichtiger ist – neue Freunde gefunden.

Die wichtigste Erinnerung, die ich jetzt habe, ist nicht mein kleiner innerer Wutanfall oder der katastrophale Auftritt, den wir hatten, sondern wie ich mit meinen Bandkollegen zusammensaß, wir über unsere technischen Missgeschicke lachten und großartige Musik genossen, während die Sonne über den Bergen unterging. Das Kompliment hatte seine gute Wirkung getan, und ich hatte es geschafft, das Gefühl der Konkurrenz ziehen zu lassen. Alles wurde wieder ganz einfach, und ich war einfach nur ein junger Mann in den Zwanzigern, der es liebte, Musik zu hören und zu machen.



# *Kritik*

Ich möchte Sie nochmal mitnehmen in den gefürchteten Homiletik-Kurs meiner Pastorenausbildung.

Ich war im dritten Jahr und hatte meine Fähigkeiten, öffentlich zu sprechen, deutlich verbessert. Tatsächlich begann ich, mir auch außerhalb des Seminars einen Namen zu machen, und wurde an den meisten Wochenenden als Gastredner in verschiedene Kirchen der Region eingeladen. Ich begann, mich wie die kirchliche Version eines Rockstars zu fühlen. Das ist so traurig, wie es klingt, aber damals fühlte es sich großartig an.

Nach ein paar Jahren jagten mir diese Homiletik-Kurse nicht mehr so viel Angst ein. Ich freute mich sogar auf sie, denn die Kritik aus dem ersten Jahr war nun, im dritten Jahr, in regelmäßige Komplimente umgeschlagen.

Am fraglichen Tag betrat ich den Raum mit einer Botschaft, an der ich schon eine Weile gearbeitet hatte und von der ich überzeugt war. Ich dachte, ich hätte ein paar sehr clevere Ideen und ein paar fesselnde Geschichten, die sicher wie beabsichtigt ankommen würden. Und ich hatte das Gefühl, dass der Inhalt meines Vortrags meisterhaft auf der schmalen Linie zwischen Orthodoxie und Innovation balancierte.

In den ersten 45 Minuten hielt ich den Vortrag, den ich vorbereitet hatte. Dann wurden wir wie üblich für eine kurze Pause entlassen, danach folgte die Kritikrunde. Ich hatte aufgehört, vor diesen Sitzungen nervös zu sein. Mein Ego hatte mein mangelndes Selbstvertrauen vor einiger Zeit überkalibriert und ließ mich nun denken, dass ich »anders und besser« sei als die meisten Leute im Raum. Ehrlich gesagt hatte ich das Gefühl, dass sie mir nicht mehr viel zu sagen hatten, also lehnte ich mich meistens zurück, saugte die Komplimente in mich auf und fand im Stillen Gründe, um die hier und da geäußerte Kritik zurückzuweisen.

In den ersten 30 Minuten der Sitzung kamen die Komplimente wie erwartet, ohne eine einzige Kritik. Unser Dozent saß jedoch die ganze Zeit über still im hinteren Teil der Klasse und sagte kein Wort.

Sein Name war Vic, und ich hatte großen Respekt vor ihm. Er war der Mann, der ich eines Tages sein wollte. Er war sehr aufmerksam, fürsorglich und einzigartig in seiner Art zu unterrichten. Er hatte einen besonderen Stil, seine Vorlesungen zu halten. Gewöhnlich kam er mit einem Stapel Bücher herein, jedes versehen mit einem Lesezeichen aus grob abgerissemem Papier, sodass er manchmal aussah wie jemand, der gerade seine kleine Bibliothek aus einem Haufen verblichenen Altpapiers gerettet hatte. Er kam herein, setzte sich auf die Kante seines Schreibtisches und berührte gedankenversunken mit dem Finger seine Lippen. Manchmal saß er eine ganze Minute lang so da und sagte kein Wort, während wir unsererseits unruhig darauf warteten, dass diese unbehagliche Stille sich füllen und der Unterricht beginnen würde. Manchmal wurde das Schweigen nur durchbrochen, wenn er uns ansah, die Stirn runzelte und sagte: »Wisst ihr, ich weiß nicht, wo ich heute anfangen soll.«

Dann erzählte er uns vielleicht eine Geschichte über jemanden, den er an diesem Morgen auf seinem Weg zum Seminar gesehen hatte.

Vielleicht nahm er dann ein Buch aus seinem Stapel und las uns einen Auszug daraus vor.

Dann stellte er der Klasse vielleicht eine Frage, um uns zum Mitmachen zu bewegen, bevor er mit einer weiteren Geschichte begann.

Wenn man mitten in diesen Vorlesungen saß, war selten klar, wie all diese Dinge zusammenhingen, aber wir hatten gelernt, geduldig zu sein.

Wie er seine Vorlesungen scheinbar willkürlich begann, wie er auf seine abschweifende Weise herausfand, worüber er als Nächstes sprechen wollte, hätte Uneingeweihte zu Recht denken lassen, dass dieser Mann nur improvisierte und immer unvorbereitet war. Doch wenige Minuten, bevor die Glocke zum Ende der Unterrichtsstunde schlug, ließ Vic einen magischen Satz fallen und in der Luft hängen. Und plötzlich ergab jede scheinbar zusammenhanglose Geschichte, jedes Zitat, jeder vorgelesene Text und jede Frage, die er in den Raum gestellt hatte, einen glasklaren Sinn. Und an der Stelle von all dem stand nun ein Gedanke, über den man tagelang nachdenken musste, um ihn auszuloten.

An seinen besten Tagen erschien er mir wie ein Zauberer, und im Nachhinein betrachtet war jeder Teil des Tricks völlig notwendig und an seinem richtigen Platz. Man könnte sich, wie ich anfangs, fragen, ob das alles nur inszeniert war, aber ein Besuch in seinem mit Büchern übersäten Büro bestätigte, dass dieses Mäandern einfach seine Art war. Es war fast unmöglich, in seinen Vorlesungen Notizen zu machen oder das Gelernte für Tests und Prüfungen sauber zusammenzufassen. Aber ich kann mit Sicherheit sagen, dass ich noch nie in so kurzer Zeit so viel über das Leben gelernt habe wie bei Vic. (Es wird nicht das letzte Mal sein, dass Sie in diesem Buch von Vic hören.)

Wenn es also ein Kompliment gab, das mir in diesem Raum etwas bedeutete, dann war es seins. Aber die Zeit wurde knapp, und er saß einfach nur da, in Gedanken, den Finger an die Lippen gepresst, und lauschte dem, was die anderen sagten.

Schließlich, als die Kommentare meiner Klassenkameraden verstummten und nur noch wenige Minuten bis zum Ende der Stunde blieben, ergriff er das Wort. »Sean«, sagte er. Nach meinem Namen machte er eine unfassbar lange Pause.

»Ich weiß wirklich nicht, was ich sagen soll.«

Wieder eine lange Pause.

War er von meiner Brillanz so tief bewegt, dass ich ihn sprachlos gemacht hatte?

Dann kam es.

»Wenn ich ehrlich bin, hast du mich heute beleidigt.«

Wieder eine lange Pause.

Ich war niedergeschlagen. Alle anderen waren schockiert, denn Vic war immer ein so freundlicher und ermutigender Mensch. Er konnte keiner Fliege was zu leide tun, also musste mein Vortrag wirklich schlecht gewesen sein, damit er so etwas Scharfes sagte. Sicherlich gab es dafür eine Erklärung? Vielleicht war es ein Witz, obwohl ich nicht glaube, dass er jemals einen erzählt hätte, das wäre also das erste Mal gewesen.

Danach kam nichts.

Keine Erklärung.

Er schüttelte nur den Kopf und entließ uns.

Ich verließ den Raum beschämt und verlegen, ein wenig verwirrt über das, was gerade passiert war. Als ich danach mit einigen meiner Mitschüler sprach, stellte ich fest, dass sie genauso verwirrt und schockiert waren wie ich. Ich bekam viele aufmunternde Schulterklopfen und sie sagten Dinge wie »Also, ich fand es echt gut«, »Vielleicht hatte er nur einen schlechten Tag« oder »Vielleicht hat er es nicht so gemeint«.

24 Stunden lang klang mir sein Kommentar in den Ohren. Vor meinen Klassenkameraden hatte ich mich dumm gestellt, aber als ich allein war, musste ich mir eingestehen, dass ich eine Ahnung hatte, was er gemeint haben könnte. Vielleicht hatte er den gleichen schleichenden Verdacht, den ich seit Wochen verzweifelt zu unterdrücken versucht hatte: das nagende Gefühl, dass ich mich aufspielen und den Kern dessen, was ich sagen wollte, verlieren würde?

Am nächsten Tag rief er mich in sein Büro. Er setzte sich zu mir und sagte: »Sean, ich entschuldige mich nicht für das, was ich gesagt habe, aber ich möchte erklären, warum ich es gesagt habe. Ich erkenne an, dass du eine Gabe hast, aber ich glaube, du hast vergessen, wozu sie da ist. Du hast diese Gabe, um anderen zu helfen und nicht, um dich selbst gut aussehen zu lassen. Deine Botschaften füllen sich mit Gimmicks und Geschichten, die Eindruck schinden sollen, und für die guten Sachen ist kein Platz mehr. Ich denke, du beleidigst deine Zuhörer, wenn du das tust, und du erniedrigst auch dich selbst. Ich möchte das nicht mehr sehen. Ich hoffe, du verstehst, Sean, dass ich das, was ich gestern gesagt habe, zu vielen anderen Schülern nicht gesagt hätte, aber ich habe es zu dir gesagt, nicht weil ich etwas gegen dich habe – ganz im Gegenteil. Ich habe es gesagt, weil ich wirklich an das glaube, was aus dir werden könnte, und ich möchte nicht, dass du dich mit dem hier zufriedengibst.«

Ich wusste, dass er Recht hatte. Ich hatte es schon gewusst, bevor er es sagte, und das schon seit einiger Zeit, und wenn niemand den Mut gehabt hätte, mich abzuschießen, hätte ich vielleicht nie kehrtgemacht. Dies war die scharfe Kritik, von der ich im Kapitel »Ego« sprach. Und von diesem Zeitpunkt an musste ich viel verlernen und viel Glaubwürdigkeit zurückgewinnen, vor allem gegenüber mir selbst. Während alle ande-

ren mich mit Lob überschütteten, wusste Vic, dass ich lediglich ein Niveau erreicht hatte, auf dem ich den durchschnittlichen Zuhörer täuschen konnte. Er konnte meinen Trick ganz klar durchschauen, und er wusste, dass ich über diesen Trick nicht hinausgehen würde, solange er für mich funktionierte. Also entschied er, meine Illusion wie Glas zu zerschlagen, anstatt zu riskieren, dass ich mich mit einer Lüge zufriedengab, die »funktionierte«. Er tat es nicht, weil er grausam war, sondern weil er sich um mich sorgte, und ich glaubte ihm, als er mir sagte, dass meine Entwicklung ihm wichtig war. Er hatte recht. Ich wollte jemand werden, der gut kommuniziert – nicht um mich selbst größer zu machen, sondern um etwas zu bewirken. Und ohne diese Korrektur wäre ich vielleicht nie wieder auf den richtigen Weg gekommen.

Was er sagte, schmerzt immer noch, aber ich werde ihm für immer dankbar sein, dass er mich gerettet hat.



Wir alle brauchen Menschen, die uns unser Verhalten auf ehrliche Weise spiegeln und uns so helfen, objektiv zu erkennen, was wir wirklich tun und wie es uns tatsächlich geht.

Es ist in uns Menschen fest angelegt, auf die Reaktionen unserer Mitmenschen zu achten, um Rückschlüsse auf unsere Wirkung auf sie und unser Ansehen bei ihnen führen zu können. Wir lesen Gesichter in Gesprächen, wir lesen Körpersprache bei Verabredungen, wir lesen den Tonfall in Interaktionen, um herauszufinden, wie wir aufgenommen werden. Es sollte uns also nicht überraschen, dass wir auch eifrig nach Anzeichen dafür suchen, wie die Resultate unserer kreativen Bemühungen aufgenommen werden, wenn wir sie in die Welt entlassen.

Daran ist natürlich nichts auszusetzen, aber wir dürfen nicht vergessen, dass nicht alle Rückmeldungen gleichwertig sind. Und es ist ein Irrtum zu glauben, dass man jeder Kritik Glauben schenken sollte.

Wir haben bereits darüber gesprochen, dass der Mensch Sprache auf zweierlei Weise verwendet: Zum einen, um die Wahrheit zu sagen, und zum anderen, um eine gewünschte Reaktion hervorzurufen. Deshalb ist es besonders schwierig, Menschen zu finden, die uns unser Verhalten auf ehrliche Weise spiegeln. Wir müssen den Stimmen derjenigen ausweichen, die uns nur Komplimente machen, weil sie selbst gern gemocht werden wollen. Wir müssen den Stimmen derer ausweichen, die versuchen, uns aufgrund ihrer eigenen uneingestandenen Frustrationen zu entmutigen. Die wertvollen Menschen zu finden, die die Wahrheit sagen und uns eine gute Vorstellung davon vermitteln, wie es um uns steht, kann eine sehr schwierige Aufgabe sein, vor allem inmitten des ganzen Lärms der anderen beiden Stimmen.

Wir leben in einer Zeit, in der die Menschen von ihrer eigenen Meinung besessen sind. Viele fühlen sich dazu berufen, sie ständig zu äußern, ob jemand danach fragt oder nicht. Die meisten Menschen erwarten zudem, dass man ihre Meinung als unantastbar behandelt, und vielleicht sogar, dass wir anderen uns geehrt fühlen sollten, dass sie sie uns zuteil werden lassen.

Wenn wir etwas erschaffen und es mit anderen Leuten teilen, müssen wir darauf gefasst sein, dass diese offen sagen, was sie davon halten – egal ob wir sie um ihre Meinung gebeten haben oder nicht. Wenn wir aber nicht in der Lage sind, all diese widersprüchlichen Meinungen ins Verhältnis zu setzen, könnte uns diese verwirrende Kakophonie verunsichern: Haben wir etwas erschaffen, worauf wir stolz sein können oder für das wir uns schämen müssen? Wir müssen uns auf diese gesunde

Selbstbezogenheit besinnen, von der ich in einem vorigen Kapitel sprach. Wir müssen auch sehr genau auswählen, welche Kritiken hilfreich sind, und lernen, den allgemeinen Lärm zu dämpfen.

Nirgendwo ist das nötiger als im Internet und in den sozialen Medien. Leider neigen Online-Räume dazu, das Schlimmste in uns Menschen zum Vorschein zu bringen – vielleicht weil wir uns nicht für das verantwortlich fühlen, was wir sagen, wenn wir uns hinter einem Schleier der Anonymität verstecken. Wir haben alle schon einmal erlebt, dass Kommentarbereiche und Foren trügerische Orte voller Hass und Galle sein können, und je eher wir lernen, den Meinungen feiger Tastaturtäter keinen Glauben zu schenken, desto besser.

Mir ist etwas aufgefallen: Ich bin noch nie einem talentierten Online-Troll begegnet, und ich gehe jede Wette ein, dass Ihnen das auch so geht. Sie werden noch nie einen unfreundlichen Kommentar zu etwas, was sie geteilt haben, erhalten und sich zu Arbeiten des Kommentators durchgeklickt haben, um dann von deren überragender Qualität schier hingerissen zu sein. Ich denke, es ist ziemlich offensichtlich, warum: Menschen, die gut sind in dem, was sie tun, haben keine Zeit, um negative Kommentare über die Kreativität anderer zu hinterlassen. Sie sind in ihr eigenes »Tun« vertieft. Gute Künstler trollen nicht. Das bedeutet, dass die meiste Negativität von frustrierten kreativen Mitmenschen kommt, denen es noch nicht gelungen ist, ein Werk zu schaffen, auf das sie stolz sind. Es ist ja auch leichter, andere Leute herunterzuziehen, im – letztlich vergeblichen – Versuch, die Spielbedingungen zum eigenen Vorteil zu ändern, anstatt viel Mühe in die eigene Weiterentwicklung zu investieren.

Diese Menschen sind leicht zu erkennen. Ihre Kommentare sind ausnahmslos negativ. Entweder es fehlt ihnen an Ausdrucksvermögen, Einfühlungsvermögen oder sie sind zu keiner Art von intelligentem Kommentar imstande. Sie zeigen wenig Mitgefühl oder echtes Interesse für das, was Sie tun. Sie sind forsch, nur auf Aufmerksamkeit aus und oft einfach nur unhöflich um der Unhöflichkeit willen. Sie machen Ihnen keine konstruktiven Vorschläge für Veränderungen, sondern machen nur mies, was Sie erschaffen haben. Und viele von uns tolerieren diese Negativität, weil wir sie im Internet erwarten. Im wirklichen Leben jedoch würden wir uns das niemals gefallen lassen.

Stellen Sie sich folgendes Szenario vor:

Sie sitzen in einem Café, und jemand kommt herein und erklärt mit lauter Stimme: »Die Einrichtung hier ist schrecklich, der Kaffee ist Mist, und der Barista hat den schlimmsten Bart, den ich je gesehen habe!« Nach einem verblüfften Schweigen müsste der Inhaber den Kunden wahrscheinlich bitten, mit ihm nach draußen zu kommen, um mit ihm unter vier Augen über seine Beschwerden zu sprechen.

Stellen Sie sich vor, der Kunde würde die Sache eskalieren lassen, indem er schreit: »Was, Sie können keine Kritik vertragen? Ich sage doch nur meine Meinung! Eröffnen Sie kein Café, wenn Sie nicht ertragen können, dass man Ihnen sagt, wie schrecklich Ihr Kaffee oder Ihr Bart ist!«

An diesem Punkt wäre das Café zu einem äußerst unangenehmen Ort geworden, denn offensichtlich ist diese Person sehr labil. Tatsächlich würde man nun wohl die Polizei rufen.

Jeder versteht, was Sache ist, wenn so etwas im echten Leben passiert. Jedem ist klar, dass es bei diesem Ausraster weder um »Einrichtung«, »Kaffee« oder »Bärte« geht. Diese Person

hat ein Problem und ihr Mangel an emotionaler Intelligenz bewirkt, dass sie sich auf fehlgeleitete Weise abreagiert und an nebensächlichen Dingen vergreift. Wir wissen auch, dass diese Art von Verhalten oft ein Schrei nach Hilfe oder ein Versuch ist, Aufmerksamkeit zu erlangen, weil sich jemand schrecklich ungesehen fühlt. So sehr uns diese Person auch leid tut, wissen wir doch, dass es sie nur bestärkt, wenn wir ihr die Aufmerksamkeit schenken, nach der sie sich als Belohnung für dieses Verhalten sehnt.

Im echten Leben wissen wir, dass wir solche Meinungen nicht ernst nehmen sollten. Aber aus irgendeinem Grund scheinen wir online eher versucht zu sein, das zu tun – vor allem in Bezug auf unsere eigene Arbeit. Vielleicht liegt es daran, dass wir das Gesicht nicht sehen oder den Tonfall nicht hören können. Aber auf jeden Fall müssen wir lernen, diese Stimmen leiser zu stellen, wenn wir unsere Arbeit mit der Welt teilen wollen.

Ich persönlich habe beim Benutzen der »Blockieren«-Funktion auf meinen Online-Plattformen absolut kein schlechtes Gewissen, wenn die Leute nicht für ein intelligentes Gespräch auf mich zukommen, besonders wenn es um Kritik geht. Ich wende online die gleichen Regeln an wie im wirklichen Leben. Ich gebe ihnen alle Zeit der Welt, wenn sie mich ansprechen, um ein höfliches Gespräch zu beginnen. Selbst wenn sie etwas Negatives zu sagen haben, fühle ich mich wahrscheinlich sehr geschmeichelt, dass sie sich die Zeit nehmen, um über eine meiner Arbeiten zu sprechen. Wenn sie jedoch an die echte Haustür meines echten Hauses klopfen, eine Maske tragen, um ihre Identität zu verbergen, mich mit Negativität zuschütten und mir unverblümt sagen, dass meine Arbeit nichts taugt, werde ich sie kaum zum Tee hereinbitten.

Machen Sie sich keine Illusionen: Wenn Sie Ihre Arbeit online mit der Welt teilen, werden Sie sich irgendwann mit sowas auseinandersetzen müssen. Ich denke, der beste Weg, mit derlei umzugehen, ist, darüber nachzudenken, mit wem wir es zu tun haben könnten. Es handelt sich fast immer um verärgerte und enttäuschte »Macher«, die nicht mehr vorankommen. Oft haben sie es versucht und sind gescheitert, und sie sind besorgt, dass sie vielleicht nie etwas produzieren können, das den künstlerischen Zyklus vollendet und von einem anderen Menschen geschätzt wird, also wollen sie aufgeben. Ihre gemeinen Worte und spitzen Kritiken haben viel mehr mit ihrer eigenen Wut und Angst zu tun als mit Ihrer Arbeit. Sie verdienen eigentlich unser ehrliches Mitleid, nicht unseren Zorn.

Darüber hinaus versuche ich manchmal, mir die konkrete Person am anderen Ende der Leitung vorzustellen. Handelt es sich um einen Teenager, der in einem schwierigen Elternhaus lebt und nicht weiß, wie er mit seiner eigenen Wut und Frustration umgehen soll? Hat er vielleicht sogar mit einer psychischen Erkrankung zu kämpfen? Wenn das der Fall ist, könnte es auf intellektuelles Mobbing hinauslaufen, wenn ich mich gegen ihn zur Wehr setze, und so ein Mensch möchte ich nicht sein.

Zugegebenermaßen halte ich mich oft nicht an meinen eigenen Rat, aber hier ist er trotzdem: Lassen Sie sich nicht auf sowas ein. Denken Sie daran, woher diese Kritik wahrscheinlich kommt, und blenden Sie sie aus. Wenn Sie anfangen, sie ernst zu nehmen, könnte sie Ihre Motivation und Ihr Selbstwertgefühl beeinträchtigen.

Das gilt übrigens auch für Komplimente. Vielleicht haben Sie angefangen, Ihre Arbeit mit anderen zu teilen und eine Flut von Glückwünschen erhalten, und Sie spüren, wie Ihre Brust vor Stolz anschwillt. So wichtig es auch ist, die anonymen ne-

gativen Kommentare über Ihre Arbeit zu ignorieren, sollten Sie auch bei den leichtfertigen positiven Kommentaren, einen kühlen Kopf bewahren. Auch wenn sie sich gut anfühlen und wahrscheinlich von Leuten kommen, die Ihnen von Herzen alles Gute wünschen und Ihre Arbeit mögen, können sie Sie dazu verleiten, sich für besser zu halten, als Sie sind, und dies könnte Ihr Ego aus dem Gleichgewicht bringen, wenn Sie sie zu ernst nehmen.

Das heißt nicht, dass wir jede anonyme oder unaufgeforderte Kritik ignorieren sollten. Es ist zwar gefährlich, jede Kritik anzunehmen und es ist wichtig zu erkennen, woher sie wirklich kommt, aber wir können uns der Kritik von außen nicht völlig verschließen, weil uns sonst nützliche Informationen entgehen könnten.

Vertrauen Sie sich selbst. Eine wirklich konstruktive Kritik erkennen Sie daran, dass sie einen anderen Tonfall anschlägt. Sie ist höflich und respektvoll. Sie enthält nützliche Informationen oder Änderungsvorschläge, und sie ist von einer gewissen Bescheidenheit geprägt, vor allem, wenn Sie nicht von vornherein um Feedback gebeten haben. Angemessene konstruktive Kritik ist immer eine gute Sache und kommt manchmal aus unbekanntem Quellen, also übersehen Sie sie nicht oder verwechseln Sie sie mit etwas anderem, denn dieses Feedback kann Gold wert sein. Wir müssen nur genau hinsehen. Die Einschätzung der dahinterliegenden Motive wird uns helfen, die destruktiven und entmutigenden Kommentare auszusortieren. Und unsere Selbsteinschätzung wird uns davor bewahren, die wirklich konstruktiven Kritiken zu ignorieren. Wenn wir jedoch nicht in der Lage sind, konstruktive Kritik überhaupt zu hören, behindern wir unser eigenes Wachstum und erweisen uns selbst einen schlechten Dienst.

Ich bin besonders wählerisch dabei, wiederholtes Feedback ernstzunehmen. Es gibt nur wenige Menschen, deren Meinung über meine Arbeit ich mir regelmäßig zu Herzen nehme. Dabei spielt es keine Rolle, ob der Inhalt positiv oder negativ ist – um wiederholte Kritik von jemandem zu akzeptieren, muss er in meinen Augen einen von zwei Tests bestehen:

Weiß diese Person, wovon sie spricht?

Ist es dieser Person wirklich wichtig?



Beginnen wir mit der ersten Frage: Weiß diese Person wirklich, wovon sie spricht?

Einer der Hauptgründe, warum ich mir allgemeine Kritik oder Lob nicht zu Herzen nehme, ist, dass ich zuerst wissen möchte, woher sie kommt, und das ist oft schwer zu erkennen, besonders online. Oft steht neben dem Kommentar kein echter Name, und es ist sehr schwer, die Arbeit des Kommentators zu finden, sodass ich nicht weiß, welche Expertise er mitbringt. Wenn ich wahllos alle Rückmeldungen aufnehme, bin ich am Ende völlig verwirrt über das, was ich tue. Stattdessen achte ich genau auf die Kommentare von Leuten, die eindeutig wissen, wovon sie reden. Wenn ich einmal unvorsichtigerweise negative Kritik online gelesen habe, dann nur, weil die entsprechende Person ihren richtigen Namen verwendet hat und ich an ihrer Arbeit sofort erkennen konnte, dass sie weiß, wovon sie spricht.

Das ist wichtig. Das ist der Unterschied zwischen Wissen aus erster und Wissen aus zweiter Hand. Oft sagt einem jemand, dass man »etwas falsch macht«, aber man kann sehen, dass seine eigene Arbeit noch in den Kinderschuhen steckt und er selbst noch nicht herausgefunden hat, wie er diese Ratschläge

auf seine eigene Arbeit anwendet. Meist wäre es ein Fehler, etwas auf die Meinung dieser Leute zu geben. Sie plappern wahrscheinlich nur etwas nach, was sie von einem anderen Künstler gehört haben, anstatt ihre eigenen Erfahrungen weiterzugeben, die sie selbst mit Blut, Schweiß und Tränen bezahlt haben. Sie haben sich dieses Wissen nicht selbst angeeignet und daher sollte man ihre Ratschläge mit Vorsicht genießen.

Das wäre so, als würde sich ein Schauspielschüler im ersten Jahr an Tom Hanks wenden und ihm sagen, dass seine Arbeit im letzten Film nicht gut war. Vielleicht würde Tom Hanks die Bemerkung ignorieren oder sogar netterweise darauf eingehen, aber er würde auf keinen Fall karriereverändernde Entscheidungen auf der Grundlage des Urteils eines vorlauten Anfängers treffen. Würde jedoch Sir Anthony Hopkins anrufen, um Hanks ein paar Dinge zu seinem neuesten Film zu sagen, könnte ich mir vorstellen, dass Hanks nicht gleich auflegt. Der Unterschied liegt im Fachwissen und in den Fähigkeiten desjenigen, der die Kritik übt. Hanks wird den Rat vielleicht trotzdem nicht annehmen oder die vorgeschlagenen Änderungen umsetzen, weil er zwangsläufig egozentrisch ist, aber er wird mit Sicherheit zuhören.

Der Kommentator muss sich nicht unbedingt selbst mit der Kunstform beschäftigen, aber er sollte zumindest gut informiert sein, damit Sie ihn ernst nehmen können. Aus diesem Grund gibt es so etwas wie »professionelle Kunstkritik«. Gastrokritiker, Filmkritiker oder Kunstkritiker verbringen Jahre damit, das Feld zu studieren, zu dem sie sich äußern. Ihr Wissen ist fundiert. In einigen Fällen haben sich Kritiker bewusst dafür entschieden, selbst nicht in der fraglichen Kunstform tätig zu werden, um sich nicht dem Vorwurf auszusetzen, dass sie ihre Konkurrenten aus beruflichen Gründen verleumden würden. So können sie ihre Kritik äußern, ohne dass ihnen

ruchlose Motive unterstellt werden. Es verleiht ihrer Kritik Glaubwürdigkeit. Das ist der Unterschied zwischen einem professionellen Filmkritiker, der den letzten *Avengers*-Film als »schlecht konstruiert« bezeichnete, und Martin Scorsese, der kürzlich sagte, die Reihe sei »kein echtes Kino«. So großartig Scorsese als Filmemacher auch ist und so sehr wir seine Arbeit auch respektieren – diese Kommentare sorgten für Aufsehen, weil sie für einige wie die Worte eines eifersüchtigen Filmemacher-Kollegen klangen, der sich darüber ärgert, dass sich die Kinokarten für Marvel-Filme besser verkaufen als für seine eigenen.

Professionelle Kritiker haben eine Rolle zu spielen. Sie sind Experten auf ihrem Gebiet, verfügen in den verschiedenen Genres ihres Themas über geschichtliches Wissen und sie urteilen hoffentlich unvoreingenommen und fachkundig. Die besten Kritiker sind fair, wortgewandt und werden respektiert, oft sogar von denjenigen, die sie kritisieren.

Ein guter Kritiker äußert nicht nur seine Meinung über den betreffenden Künstler, sondern er lehrt uns auch etwas über die Kunstform im Allgemeinen. Und darin können für uns Aufstrebende wertvolle Lektionen stecken. Ich bin zum Beispiel ein großer Fan der Serie *MasterChef: The Professionals*, und zu meinen Lieblingsfolgen zählen die, in denen die Kandidaten für die Kritiker kochen. Es öffnet einem die Augen, wenn man hört, wie sie die Gerichte bewerten, die ihnen vorgesetzt werden. Denn man kann sehen, wie sie in Gedanken Tausende von Gerichten aufrufen, die sie in einigen der besten Restaurants der Welt gegessen haben, und wie sie die Kunstfertigkeit des vor ihnen stehenden Gerichts mit diesem umfangreichen Katalog vergleichen. Ihre Kritiken helfen mir zu verstehen, was es für ein wirklich gutes Essen braucht.

In ähnlicher Weise bin ich ein großer Fan des Filmkritikers Mark Kermode. Seit über 10 Jahren höre ich mir seine verschiedenen Podcasts an, lese einige seiner Bücher und habe dabei gelernt, Filme zu sehen und zu verstehen. Ich weiß mehr über die Geschichte des Filmemachens. Ich verstehe die Anspielungen, die die besten Filmemacher in ihren Filmen als Referenz an die Filmgeschichte verstecken. Ich kann die Struktur einer Geschichte besser einschätzen, weiß, wie ein gut ausgearbeiteter Charakter aussieht, wie sich ein »straffes« oder ein »schlaffes« Drehbuch liest. Und dank Mark Kermodes Worte über die Blockbuster des letzten Jahrzehnts sind mir »Spektakel« inzwischen herzlich egal. Ich brauche Substanz in meinen Filmen. Ich habe mich von jemandem über das Filmemachen belehren lassen, der noch nie in seinem Leben einen Film gemacht hat, und das ist möglich, weil er so tief in die Welt eingetaucht ist, die er kommentiert. Wäre ich ein Filmemacher, wäre ich dumm, seine Meinung zu einem meiner Filme einfach abzutun.

Vielleicht werden Sie nie das Privileg genießen, dass ein professioneller Kritiker Ihre Arbeit kommentiert. Ich hatte dieses Privileg auch noch nicht, aber ich habe gelernt, dass man Komplimente oder Kritik von kompetenten Leuten ernst nehmen sollte.

Im Kapitel über »Logos« erzählte ich Ihnen von einer Kritik zu meinen Porträts des Himba-Stammes. Der Kreativdirektor der Druckerei sagte mir, dass sie zwar technisch gut seien, ihn aber überhaupt nicht ansprechen würden und er sich nicht für sie interessiere. Wenn ein anonymes Fremder diese Bemerkung gemacht hätte, hätte ich sie vielleicht einfach abgetan – aber das tat ich nicht, weil sie von einem Experten auf seinem Gebiet kam. Vielleicht fotografiert er nicht selbst, aber er macht Ausstellungen für einige der besten Fotografen der Welt. Er

weiß also, wovon er spricht, und ich wäre ein Narr gewesen, wenn ich seine Kritik nicht zur Kenntnis genommen, sie überdacht und herausgefunden hätte, was ich daraus für meine eigene Arbeit lernen könnte.

Nur weil die meisten von uns nicht auf einem Niveau arbeiten, auf dem wir damit rechnen können, dass professionelle Kritiker unsere Arbeit kommentieren, heißt das nicht, dass wir nicht darum bitten können. Wir können Menschen aufsuchen, die sich mit der von uns gewählten Kunstform auskennen. Wir können Galerien buchen, damit diese sich Zeit für Feedback zu unserer Arbeit nehmen. Wir können professionelle Portfoliobesprechungen mit Künstlern oder Agenturen vereinbaren, die bereit sind, uns auf der Grundlage ihrer Erfahrung zu beraten. Viele Künstler bieten inzwischen Online-Reviews an, bei denen man eine Stunde ihrer Zeit kaufen kann und ein detailliertes Feedback zu seiner Arbeit und Vorschläge für das weitere Vorgehen erhält. Sie könnten damit anfangen, die Künstler oder Institutionen ausfindig zu machen, die Sie wirklich mögen, und sehen, ob einer von ihnen die Möglichkeit bietet – bezahlt oder kostenlos –, Ihre Arbeit von einem Experten begutachten zu lassen.

Sie sollten immer auf Experten hören, mit einer Einschränkung: Achten Sie auf die Absicht des Experten, der Ihnen Feedback gibt, insbesondere wenn Sie nicht darum gebeten haben. Es kann sein, dass jemand, der schon weiter ist als Sie, ständig Kommentare über Ihre Arbeit abgibt – und verdächtig bereit ist, Ihnen mitzuteilen, wo Sie das Ziel verfehlen.

Mein Freund Jeffery Sadoris, der seit Jahren Fotografie-Podcasts in der einen oder anderen Form produziert, prägte den Satz: »Hüten Sie sich vor Mittelklasse-Fotografen.« Diese sind unbestreitbar qualifiziert und erfahren, aber sie sind noch nicht auf dem Niveau der Top-Leute. Und sie scheinen davon

besessen zu sein, allen, die nach ihnen kommen, zu sagen, dass sie alles falsch machen. Sie fixieren sich auf Etiketten und stecken die Arbeit der anderen fein säuberlich in Schubladen. Sie sind schnell mit der Behauptung bei der Hand, dass ihre Methoden die besten seien und dass jeder, der es anders macht, die Fotografie »abwerte«. Die Schlimmsten unter ihnen versuchen sogar, die Arbeitsweisen anderer Fotografen moralisch in Zweifel zu ziehen, und beschuldigen alle, die anders arbeiten als sie, die Kunstform zu verfälschen.

Ich habe von diesen Mitteleklasse-Fotografen Dinge gehört wie:

»Photoshop ist böse.«

»Film ist die einzige reine Form der Fotografie.«

»Deine Arbeit passt nicht ins Genre der Streetfotografie. Du gehörst nicht zum Club.«

»Natürlich beleuchtete Porträts sind das einzig Wahre, weil du lernen musst, mit vorhandenem Licht umzugehen.«

»Porträts mit Studioblitz sind viel reiner, weil du das Licht für dein Motiv von Grund auf selbst aufbauen musst.«

Diese beiden letzten, völlig widersprüchlichen Kommentare kamen von zwei verschiedenen Fotografen – beide waren wesentlich erfahrener als ich – innerhalb derselben Woche. Das hat mich natürlich mehr als nur ein wenig verwirrt.

Sie werden auf Menschen treffen, die Ihnen voraus sind und viel mehr Erfahrung haben als Sie, aber das bedeutet nicht, dass Sie ihre Meinung automatisch als das Evangelium betrachten sollten. Vielleicht sind sie frustriert über ihren eigenen Mangel an Erfolg und fühlen sich bedroht vom talentierten Nachwuchs. Manchmal sind ihre Worte über den richtigen und falschen Weg einfach nur Rechtfertigungen für ihre eige-

nen Methoden und ein Versuch, alles Neue anzuprangern, besonders wenn es ihre Position bedroht. Diese schlecht geeichten Egos versuchen, Sie in Ihre Schranken zu weisen, weil sie sich durch Ihren Fortschritt bedroht fühlen und über ihre eigene Stagnation frustriert sind. Sie ernst zu nehmen, würde bedeuten, sich selbst ein Bein zu stellen. Zugegeben, das wäre eine verlockende Ausrede, um jede Kritik der alten Garde abzutun, die uns nicht gefällt, aber das wäre ein ebenso großer Fehler.

Wie können wir also die Spreu vom Weizen trennen und herausfinden, welche Kritik wertvoll ist?



Jedem liegt etwas am Herzen, und jede unverlangte Kritik wird aus einem bestimmten Grund vorgebracht. Es kann sein, dass die Person, die das Feedback gibt, ihr Revier schützen und Sie abschrecken will. Oder es kann sein, dass sie sich um Sie sorgt und möchte, dass Sie Ihr Potenzial ausschöpfen. Es ist wichtig, diese Beweggründe zu erkennen.

Wie Theodore Roosevelt sagte: »Niemand kümmert sich darum, wie viel Sie wissen, solange er nicht weiß, wie viel Sie ihm bedeuten.«

Als ich Mitte 20 war, verabredete ich mich einmal in der Woche mit meinem Freund Doug zum Abendessen. Wir suchten uns ein Restaurant aus – in der Regel etwas Billiges, weil wir damals beide Studenten waren – und unterhielten uns ein paar Stunden. Die Regel an diesen Abenden war, dass kein Thema vom Tisch war und wir nichts zurückhalten würden. Freizügige Ehrlichkeit war die Abmachung, die wir miteinander trafen.

Schon zu einem frühen Zeitpunkt unserer Freundschaft erkannten wir in dem jeweils anderen einen gewissenhaften jungen Mann, dem es ernst damit war, so gut wie möglich zu werden. Also beschlossen wir, bei diesem Unterfangen zusammenzuarbeiten. Wenn man sich in dieser Phase seines Lebens befindet, möchte man unbedingt wissen, wer man ist, und so beschlossen wir, uns gegenseitig zu spiegeln.

Wir setzten uns also an den Tisch, bestellten etwas zu essen und erzählten uns dann, wie unsere Woche verlaufen war – was passiert war, welche Gespräche wir geführt hatten. Wir hatten vereinbart, dies so ehrlich wie möglich zu tun. Die Art und Weise, wie wir anderen von uns erzählen, durchläuft einen Filter, der sowohl unsere Heldentaten als auch die Ungerechtigkeiten, die uns widerfahren sind, maximiert. Denn auch hier verwenden wir Sprache nur zu oft, um eine positive Reaktion hervorzurufen, anstatt die Wahrheit zu sagen. Doug und ich waren uns jedoch einig, dass wir darauf achten würden, wann wir nicht ganz ehrlich sind, und dass wir beim Erzählen unserer Geschichten immer strenger mit uns selbst sein würden als mit anderen. Wir wollten uns nicht gegenseitig beeindrucken, sondern unsere Schwächen offenlegen, um sie auszumerzen und es in Zukunft anders zu machen. Und um das gut zu machen, durften wir nichts zurückhalten.

Als junge Kirchgänger benutzten wir einen Vers aus einem der Weisheitsbücher der Bibel als Motto für unsere Mission: »Eisen wird an Eisen geschliffen/so schleift einer den Charakter des andern.« (Sprüche 27,17).

Wir mussten nicht nur ehrlich über unsere eigenen Schwächen sprechen, sondern auch unsere ehrliche Kritik an der Wortwahl und den Handlungen des anderen in der vergangenen Woche äußern. Es war unsere Pflicht, die Entscheidungen und das

Denken des anderen zu hinterfragen und zu sagen, wenn wir der Meinung waren, dass der andere es besser hätte machen können. Es ist immer verlockend, sich zu entschuldigen und Dinge wegzuerklären, aber das taten wir nie. Wir hörten zu. Wir nahmen auf, was gesagt wurde. Ich bin mir sicher, dass ich bei diesen Abendessen mit meinem Freund härtere Kritik geäußert und entgegengenommen habe als bei jedem anderen vorher oder nachher, aber ich hatte nie ein schlechtes Gewissen. Ganz im Gegenteil. Ganz gleich, wie kritisch Doug an einem bestimmten Abend war, ich fühlte mich gesehen, verstanden und sogar umsorgt.

Warum?

Ich kannte Dougs Absicht. Ich hatte keinen Zweifel daran, dass er sich wirklich um mich sorgte. Er hätte wirklich alles zu mir sagen können, denn es war immer klar, woher die Kritik kam und was sie bezweckte.

Ein wichtiger Grund dafür, dass Kritik schmerzt, ist, dass wir hinter ihr einen Angriff vermuten – und damit liegen wir oft nicht falsch. Wenn das der Fall ist, müssen wir auf der Hut sein. Aber sobald wir erkennen, dass sie aus echter Sorge und Fürsorge kommt, ändert sich alles sofort.

Doug und ich hatten einen Pakt, und damit dieser Pakt funktionierte, mussten wir beide gleichzeitig rücksichtslos und mitfühlend ehrlich sein. Es ist schwer, dieses Gleichgewicht zu finden, aber ich habe gelernt, dass man fast alles sagen kann, wenn man vorher betont, wie wichtig einem der andere ist. Nicht um den Schlag abzumildern, sondern um die eigenen Absichten zu verdeutlichen, damit die Kritik durch die Mauern dringt, die jeder von uns reflexartig hochzieht. Nicht ein einziges Mal hat mich Dougs Kritik verletzt, weil ich wusste, dass mein Freund nur das Beste für mich wollte.

Ich glaube, dass wir durch kritisches Feedback viel mehr über uns selbst lernen als durch positives Feedback. Deshalb ist es wirklich wichtig, auf die Stimmen derer zu hören, denen wir vertrauen, denen wir wichtig sind und bei denen wir immer bereit sind, zuzuhören, ganz gleich, wie hart ihre Kommentare sind. Wir werden uns weder als Künstler noch als Menschen gut entwickeln, wenn wir nicht ein paar dieser Menschen, die uns ehrlich spiegeln, in unser Leben einbauen.



Ich würde sagen, dass es drei Spiegel gibt, die wir finden müssen:

Der erste Spiegel ist ein Künstler, mit dem Sie zusammenarbeiten können.

Sie müssen Ihren »Doug« finden.

Denken Sie daran, dass Sie kein Profi sein müssen, um Feedback zu geben. Sie wollen sich nicht als erfahrener Kunstkritiker aufspielen. Sie bieten lediglich an, jemandem, der Ihnen am Herzen liegt, das zu spiegeln, was Sie sehen, mit dem einzigen Ziel, ihn dabei zu unterstützen, der bestmögliche Künstler zu werden. Sie müssen nicht einmal dieselbe Kunstform betreiben, um diese Art von Beziehung aufzubauen. Warum sollten sich ein Maler und ein Fotograf nicht zusammensetzen, um über ihre Arbeit zu sprechen? Warum nicht auch ein Schriftsteller und ein Musiker? Letzten Endes geht es nur darum, sich mitzuteilen, was man sieht, und sich gegenseitig auf dem Weg zu unterstützen.

Sie müssen sich verpflichten, offen für die Kritik Ihres Gegenübers zu sein, ohne beleidigt oder abwehrend zu reagieren. Wenn Sie eine solche Partnerschaft eingehen, geben Sie dem anderen die Erlaubnis, alles zu sagen, was seiner Meinung nach

gesagt werden muss, um Ihnen zu helfen, Ihre blinden Flecken zu erkennen, auch wenn es noch so hart klingt. Sie müssen dem von Ihnen gewählten Wegbegleiter ein Gefühl der Sicherheit, des Vertrauens und der Freiheit geben, alles sagen zu können. Denn wenn Sie ihm eine Rechtfertigung, eine Entschuldigung oder eine »verärgerte« Antwort geben, wird er bald feststellen, dass es sich nicht lohnt, ehrlich zu Ihnen zu sein. Sie müssen ihn wissen lassen, dass Sie bereit sind, sich anzuhören, was er zu sagen hat.

Sie müssen sich auch verpflichten, mit Ihrer Kritik an Ihrem Partner ehrlich zu sein. Dies ist besonders schwierig für diejenigen, die Konflikte fürchten. Vielleicht sind Sie nicht sehr geübt darin, Dinge zu sagen, die eine Abwehrreaktion hervorrufen könnten. Aber diese Beziehung funktioniert nur, wenn Sie das Risiko eingehen, Ihr Gegenüber zu verärgern. Die Ehrlichkeit, die Sie anbieten, wird die Ehrlichkeit sein, die Sie erhalten. Sie müssen einander ebenbürtig sein und sogar versuchen, sich gegenseitig darin zu übertreffen, wie scharf und pointiert Sie Ihre Kritik formulieren können, während Sie gleichzeitig zeigen, wie sehr Ihnen daran gelegen ist, dass Ihr Partner die beste Version seiner selbst wird.

Schauen Sie sich um. Suchen Sie sich jemanden, mit dem Sie einen gemeinsamen Weg gehen können, und bieten Sie an, sich regelmäßig zu treffen, um über Ihre Arbeit und Ihre Ziele zu sprechen. Zeigen Sie sich gegenseitig, woran Sie arbeiten. Setzen Sie sich Ziele, für deren Erreichen Sie sich gegenseitig zur Verantwortung ziehen. Bauen Sie eine echte, fürsorgliche Verbindung zueinander auf. Ich habe die Vermutung, dass Ihnen diese Person schon bald sehr ans Herz wachsen wird, da Sie beide daran glauben, was aus dem jeweils anderen werden könnte, und Sie sich gegenseitig besser kennen lernen, als es viele Menschen tun.

Der zweite Spiegel ist ein Mentor.

Sie müssen Ihren »Vic« finden.

Dies ist der Heilige Gral der guten Kritik, denn gute Mentoren sind nicht nur erfahren und kennen sich in ihrer Kunstform aus, sondern sind auch unvoreingenommen, hilfsbereit und bereit, Ihnen zu helfen, sich weiterzuentwickeln und von ihrer Erfahrung zu profitieren. Sie geben weiter, was sie auf ihrem eigenen Weg gelernt haben, und es ist ihnen ein echtes Anliegen, Ihnen zu helfen, Ihre Stimme zu finden und die beste Version Ihrer selbst zu werden.

Ich gebe zu, dass es heutzutage sehr schwer ist, gute Mentoren zu finden. Ich habe das Gefühl, dass es früher einfacher war, als es Ausbildungssysteme mit Lehrlingen und Meistern gab, aber es scheint, dass unser digitales Zeitalter uns mehr denn je auseinandergebracht hat. In die Herzen vieler Menschen hat sich ein Konkurrenzdenken eingeschlichen, aus dem heraus sie nicht bereit sind, anderen zu helfen, aus Furcht, sich selbst Konkurrenz zu schaffen.

Was können Sie also tun?

Finden Sie jemanden, dessen Arbeit Sie mögen. Auch hier muss es sich nicht unbedingt um jemanden handeln, der sich direkt mit Ihrer Kunstform beschäftigt. Vielleicht stellen Sie fest, dass Sie allein schon von der Lebenserfahrung und der Vision dieser Person profitieren und dass Sie sich die benötigten Techniken aus eigener Kraft beibringen können. In jedem Fall suchen Sie sich jemanden, dessen Arbeit Sie mögen und den Sie als Person bewundern. Ein Mentor prägt oft Ihr Weltbild. Bevor Sie also in die Form steigen, sollten Sie sich vergewissern, dass Ihnen ihre Umrisse gefallen.

Wenn es an der Zeit ist, auf den Mentor zuzugehen und ihn zu fragen, ob er bereit wäre, Ihnen zu helfen, sollten Sie nicht mit der Tür ins Haus fallen und ihn einfach um seine Zeit bitten. Suchen Sie zuerst nach Möglichkeiten, ihre Arbeit aufzuwerten. Werden Sie kreativ. Überlegen Sie sich eine Art Tauschgeschäft.

Wenn es sich um einen Maler handelt, bieten Sie ihm an, einmal in der Woche vorbeizukommen und ihm im Atelier zur Hand zu gehen. Dafür könnte er im Gegenzug einen Blick auf einige Ihrer neuesten Werke werfen, um zu beschreiben, was er sieht.

Wenn es sich um einen Fotografen handelt, bieten Sie ihm an, ihm dabei zu helfen, die Bilder auf seiner Festplatte zu verschlagworten und zu katalogisieren, wenn er Ihnen im Gegenzug Feedback zu Ihren neuesten Bildern gibt.

Kurz gesagt: Suchen Sie nach Möglichkeiten, wie Sie einen Mehrwert anbieten können, bevor Sie darum bitten, diesen Mehrwert zu erhalten.

Ein Wort der Warnung: Wählen Sie Ihren Mentor nicht, um seine Arbeit zu stehlen. Es ist einfach, sich jemanden auszusuchen, den man imitieren möchte, und dessen Techniken zu kopieren. Aber wir erweisen uns selbst einen schlechten Dienst, wenn wir nicht daran arbeiten, dass unsere eigene Stimme zum Vorschein kommt. Und wir werden schnell das Vertrauen unseres erwählten Mentors verlieren, wenn wir uns als »künstlerischer Spion« entpuppen. Seien Sie streng mit sich selbst, wenn es darum geht, Ihre eigene Stimme zu entwickeln. Und widerstehen Sie auf jeden Fall der Versuchung, das hart erarbeitete Wissen Ihres Mentors wie ein Vampir abzusaugen, um weiterzukommen.

Ihre Motivation wird entscheidend sein. Sie sollten einen Mentor bitten, Ihnen seine Meinung über die Arbeit zu sagen, die Sie mit Ihrer eigenen authentischen Stimme geschaffen haben, und ihn um Ideen bitten, in welche Richtung Sie in Zukunft gehen sollen. Ein guter Mentor wird nicht versuchen, Ihnen seinen Stil aufzudrängen. Stattdessen wird er Sie dazu anregen, etwas Neues und Einzigartiges zu schaffen.

Manche Mentoren mögen anfangs zurückhaltend sein. Aber wenn Sie zeigen, was Sie können, wenn Sie dankbar sind für ihre Kritik und wenn Sie fleißig arbeiten und Fortschritte machen, kann ich mir vorstellen, dass sie nichts auf der Welt davon abhalten kann, sich für Sie und Ihren Weg zu interessieren.

Der dritte Spiegel sind Sie selbst.

Wenn wir feststellen, dass wir selbst unsere Fähigkeiten entwickeln, müssen wir uns umdrehen und jemand anderem als Mentor dienen. Wir vergessen diesen Schritt, weil die meisten von uns nur versuchen, selbst voranzukommen, und wir schauen ständig nach oben, um zu sehen, wie weit wir noch kommen, und schenken denjenigen, die hinter uns folgen, wenig Aufmerksamkeit. Stellen Sie sich jedoch vor, wie viel es uns, als wir noch ganz am Anfang standen, bedeutet hätte, wenn jemand, den wir respektieren, auf uns zugekommen wäre und uns seine Hilfe angeboten hätte. Es hätte uns sehr viel bedeutet, und Sie könnten das auch jemand anderem anbieten.

Vielleicht lesen Sie dies und sind dieser erfahrene Profi. Vielleicht sind Sie sogar schon im Ruhestand, haben mehr Zeit und eine Menge Fähigkeiten, die Sie weitergeben können. Meine Aufforderung an Sie ist, jemanden zu finden, für den Sie ein Mentor sein könnten. Erzählen Sie ihm, wie das funktioniert und was Sie bereit sind, für ihn zu tun. Erklären Sie ihm, dass er ein dickes Fell braucht, wenn er das Angebot annimmt, aber

versprechen Sie ihm, dass Ihre Motivation immer darin bestehen wird, dass er sein Potenzial ausschöpft, weil Ihnen sein Weg am Herzen liegt. Wenn wir alle diesen proaktiven dritten Schritt tun würden, wäre es nicht mehr so schwierig, einen guten Mentor zu finden.

Wir alle brauchen Kritik, aber nicht jede Kritik ist hilfreich, also seien Sie wählerisch. Stellen Sie den allgemeinen Lärm, den Ihre Arbeit an Feedback verursacht, leiser. Denken Sie daran, offen und empfänglich für konstruktive Kritik zu sein, auch wenn sie schwer zu hören ist. Vergessen Sie nicht, dass treffsichere konstruktive Kritik schmerzhaft sein kann. Setzen Sie also etwas emotionale Intelligenz ein, wenn Sie in die Defensive geraten, denn vielleicht können Sie daraus etwas lernen.

Durch den Schmerz wissen wir, dass es wahr ist. Lernen Sie daraus und bedanken Sie sich bei Ihrem konstruktiven Kritiker dafür, dass er sich die Mühe gemacht hat, Ihnen diese Kritik zu geben.

Organisieren Sie dann professionelle Kritiksitzungen, knüpfen Sie kreative Freundschaften, suchen Sie sich einen Mentor, und geben Sie Ihre Erfahrungen weiter, indem Sie sich als Mentor für andere anbieten.

Wir alle brauchen diese Spiegel, die uns die Wahrheit sagen.

*Gefühl*

Von allen Jobs, die ich in meinem Leben als Erwachsener ausgeübt habe, gibt es einen, den ich besonders erfüllend fand. Während meiner Ausbildung zum Pastor brauchte ich zusätzliche Arbeit, um meine Miete bezahlen zu können, also nahm ich einen Teilzeitjob in der Hausaufgabenbetreuung an. Nach dem Ende meiner Vorlesungen ging ich immer zur örtlichen Grundschule, und machte mit den Kindern den Nachmittag über die Hausaufgaben, bis die Eltern sie abholen konnten.

Ich hatte mit meiner Klasse, die etwa 30 Kinder umfasste, eine Abmachung: Wenn alle ihre Hausaufgaben erledigt hatten, ging ich mit ihnen auf den Sportplatz, um mit ihnen zu spielen. An einem Tag war es Cricket, am nächsten vielleicht Fußball, und an heißen Tagen endete es oft mit einer Wasserschlacht.

Die Lehrer unter Ihnen werden wissen, dass es immer einige Kinder gibt, bei denen man merkt, dass sie ein wenig mehr Aufmerksamkeit und Hilfe brauchen, und das sind diejenigen, die sich schnell in Ihr Herz schleichen. In meinem Fall gab es in meiner Klasse einen Jungen von etwa zehn Jahren, der zu Hause eine besonders schwere Zeit durchmachte. Seine Eltern ließen sich scheiden, und es schien, als ob sie ihm die Entscheidung abverlangten, bei wem er leben wollte, was ihn zerriss. Es erschien mir extrem unfair, einem so jungen Menschen eine so schwere Entscheidung aufzubürden.

Während die anderen Kinder in der späten Nachmittagssonne um die Spielfelder rannten, machte ich oft eine Pause und setzte mich am Rand ins Gras, und dieser junge Mann kam und setzte sich neben mich.

An manchen Tagen wollte er reden und mir erzählen, was los war.

An anderen Tagen unterhielten wir uns über Filme oder Computerspiele, weil er anscheinend nur Ablenkung suchte.

Und hin und wieder versuchte ich ihn zu trösten, so gut ich konnte.

An manchen Tagen schauten wir einfach den anderen Kindern zu, die herumliefen, und genossen den Anblick der untergehenden Sonne.

Ich fühlte mich machtlos, aber ich war froh, für ihn da zu sein, egal, was er brauchte.

Eines Tages passte er mich vorm Schultor ab, und als ich auf ihn zukam, reichte er mir ein Bild. Darauf waren zwei Strichmännchen zu sehen, die auf einer grünen Wiese standen, während der Himmel in den Farben eines unwahrscheinlich lebhaften Sonnenuntergangs erstrahlte. Er erklärte mir kurz und verschämt, dass sie an diesem Tag im Unterricht die Aufgabe erhalten hatten, ein Bild zum Thema »Freundschaft« zu malen. Er erzählte mir, dass er beschlossen hatte, uns beide zu malen, wie wir uns nachmittags am Rande des Sportplatzes unterhalten.

Ich will ehrlich sein: Das Bild war technisch nicht sehr gelungen. Keine Details in den großen, ausladenden Pinselstrichen. Keine perspektivische Kontrolle, und die Strichmännchen erschienen fast genauso groß wie die Bäume. Manche Stellen hatte er übersehen, dort schimmerte weißes Papier durch, und im Rest liefen die Farben ineinander. Sogar das Papier war stark gewellt, weil es mit Wasserfarben übersättigt und dann zu schnell getrocknet worden war. Und auch wenn ich das Privileg hatte, vor Originalwerken von Vermeer, Rembrandt, van Gogh und Rubens zu stehen, hat mich keines von ihnen auch nur annähernd so berührt wie dieses Bild. Dieser »künstlerische Totalschaden« würde keinen Preis gewinnen, aber es war eines der schönsten Dinge, die ich je gesehen habe.

Dieser junge Mann hatte sich nie verbal für die Zeit, die wir miteinander verbracht hatten, oder für meine Unterstützung bedankt, und ich hätte das auch nie von ihm erwartet, aber dieses Werk, das er gemalt hatte, schrie förmlich, wie viel ihm diese Zeit bedeutet hatte. Es drückte seine Gefühle auf eine Weise aus, die nicht in Worte zu fassen war, und es hat mich meinerseits tief bewegt. Das Bild hing viele Jahre lang an meiner Külschranktür, bis es leider bei einem Umzug verloren ging. Was Kunst angeht, war es eines der berührendsten Werke, die ich je gesehen habe.

Die Dinge, die wir erschaffen, haben die Macht, Gefühle zu vermitteln. Sie können anderen zeigen, was wir fühlen, und im Gegenzug können wir bei den Menschen, die diese Dinge betrachten, Gefühle hervorrufen. Wenn wir dieses Potenzial ergreifen und bewusster nutzen, kann uns das helfen, Bedeutsameres zu schaffen. Und wenn wir lernen, unsere Emotionen als Leitfaden zu nutzen, ohne Bauchnabelschau zu betreiben, können wir besser formulieren, was wir mit unserer Arbeit vermitteln wollen.



Wir neigen dazu, rund um das Thema »Emotion« falsche Gegensatzpaare aufzubauen. Man hört oft Aussagen wie: »Es gibt zwei Arten von Menschen auf dieser Welt: diejenigen, die ihre Entscheidungen emotional treffen, und diejenigen, die ihre Entscheidungen rational treffen.« Viele Persönlichkeitstests versuchen, uns entweder in »denkende« oder »fühlende« Typen einzuteilen, was diese dualistische Vorstellung nur noch verstärkt. Viele dieser Tests basieren auf Carl Jungs Ideen über Emotionen und Verstand. Aber ich glaube nicht, dass es in seinem Sinne wäre, wenn wir uns fein säuberlich in Kategorien einteilen, uns in Konzepten definieren oder uns, bildlich

gesprochen, das passende Etikett auf die Stirn pappen. Wir sollten uns nie mit dem Gedanken abfinden, dass wir nur eine Seite der Medaille darstellen.

Die menschliche Psyche besteht aus einer Mischung aus Ratio und Emotio. Wir alle denken und wir alle fühlen, und wenn wir vollständigere Individuen und vielseitigere Künstler sein wollen, besteht der Trick darin, Folgendes zu tun: herauszufinden, in welchem Bereich wir mehr intuitiv arbeiten, und uns zu bemühen, mehr von unserer schwächeren Seite einzubringen – um uns so selbst auszubalancieren.

Insbesondere Künstler müssen auf einem schmalen Grat zwischen ihrem Intellekt und ihren Gefühlen balancieren. Wenn wir zu sehr auf unsere Gefühle setzen, laufen wir Gefahr, Bauchnabelschau zu betreiben und uns zu verlieren. Wenn wir zu sehr auf unser Denken bauen, gehen wir zwar auf Nummer sicher, büßen aber die emotionale Wirkung ein. Wir müssen uns bemühen, unsere Arbeit sowohl zu formulieren und in Konzepte zu fassen als auch unser Herzblut hineinzustecken. Das »Denken« und das »Fühlen« müssen harmonisch zusammenwirken.



Auf der einen Seite brauchen wir unseren Verstand, um unsere schöpferischen Handlungen zu lenken.

Unser Verstand hilft uns dabei, die Botschaft unserer Arbeit zu konstruieren, indem wir Entscheidungen über die Dinge treffen, die uns wichtig sind, und unsere Projekte planen, um sicherzustellen, dass wir das sagen, was wir beabsichtigen.

Unser Verstand hilft uns dabei, systematisch die Fertigkeiten der von uns gewählten Kunstform zu erlernen. Wir entscheiden rational, wo und wie wir uns weiterbilden, sei es durch

die Auswahl unserer Einflüsse, die Kurse, die wir belegen, oder die künstlerischen Partnerschaften, die wir eingehen. Dann speichern wir alle erlernten Tricks und Kniffe in unserem Verstand, bereit, sie in dem Moment von der Leine zu lassen, in dem die Muse zuschlägt.

Unser Verstand hilft uns, unsere langfristige Richtung zu bestimmen, uns vorzustellen, wo wir mit unserer Arbeit in zehn Jahren stehen wollen, und die notwendigen Pläne zu entwickeln, um dorthin zu gelangen.

Unser Verstand hält uns davon ab, in unserer Arbeit zu selbstherrlich zu sein und hilft uns, diese für andere nachvollziehbarer zu machen. Wenn unsere Arbeit nur aus unseren Gefühlen heraus entstanden wäre, ohne dass wir uns bemüht hätten, diese Gefühle für andere zu übersetzen, würden wir feststellen, dass sie zu spezifisch für uns ist, zu nischenhaft, ich wage zu sagen »zu selbstverliebt«. Damit Kunst wirksame Kommunikation sein kann, damit unsere Kreationen bei unserem Publikum »gut ankommen«, müssen wir ein gewisses Maß an Verständnis und Einfühlungsvermögen für diejenigen aufbringen, die unserer Arbeit gegenüberstehen.

Auch Künstler selbst laufen Gefahr, dass sie zu tief in ihre Gefühlswelt eintauchen und alles andere ausblenden. Das Klischee des »schwierigen Künstlers« ist ein altes und ich fürchte, zu viele sehen es als romantisches Ideal an, ohne sich den Schaden vor Augen zu führen, den es bei vielen angerichtet hat. Es ließe sich ein dicker Wälzer über die Abhängigkeiten, zerstörten Beziehungen und verlorenen Leben von Künstlern schreiben, die glaubten, sich ihren Gefühlen rücksichtslos hingeben zu müssen.

Unsere Arbeit wird von Zeit zu Zeit fordern, dass wir dem dunklen Teil unserer Psyche gegenüberreten und ihm ins Gesicht sehen. Aber wenn wir zu lange darauf starren, wie Sméagol, der von dem einen Ring besessen ist, werden wir für uns selbst und für diejenigen, die uns lieben, verloren sein. Diese dunkle Macht, die Menschen korrumpiert und hypnotisiert, findet sich aus gutem Grund in vielen Geschichten verbildlicht: Die Menschen erkannten diese besondere Gefahr schon vor langer Zeit und webten Warnungen vor ihr in ihre Erzählungen ein.

Unser Verstand hilft uns, diese Tendenzen auszugleichen. Er ermöglicht uns, in die Tiefe zu gehen, aber dabei an etwas Wahrhaftigeres und Stabileres gebunden zu bleiben als an unsere wechselnden Stimmungen. Diese wiederum ermöglichen es uns, weit in das Labyrinth vorzudringen, wissend, dass wir immer noch einen Faden haben, dem wir zurück ins Licht folgen können, wenn wir fertig sind.

Für Künstler ist es auch ein Risiko, Motivation an Gefühle zu koppeln. Wenn wir nur auf der Grundlage unserer Stimmungen kreativ werden, dann wird sich der Antrieb zum Kreativsein genauso oft ändern wie unsere Stimmungen – und am Ende haben wir ein verwirrendes Durcheinander erschaffen – wenn wir überhaupt etwas zu Wege gebracht haben. Ich höre zu viele Künstler Dinge sagen wie: »Ich habe diese Woche nichts gemacht, weil ich einfach keine Lust hatte«. Diejenigen unter uns, die dazu neigen, sich von ihren emotionalen Höhen und Tiefen leiten zu lassen, sollten versuchen, ihren Antrieb auf ihren Verstand zu verlagern.

Unter Künstlern herrscht die Annahme vor, dass Inspiration ein Gefühl ist. »Ich fühle mich heute inspiriert«, hört man oft. Ich stimme dem nicht zu. Ich bin mir nicht sicher, ob wir »in-

spiriert« meinen, wenn wir dieses besondere Gefühl beschreiben. Wir fühlen uns vielleicht »motiviert« oder »aufgeregt«, heute etwas zu schaffen, aber wie wir bereits festgestellt haben, ist Inspiration – echte In-Spiration, echte Einatmung – etwas, das wir uns erarbeiten, nicht etwas, das wir fühlen. Wenn wir sagen, dass wir uns »uninspiriert« fühlen, meinen wir in der Regel, dass wir demotiviert sind und uns die Ideen ausgehen. Aber wir können auf rationale Weise Schritte in Richtung »In-Spiration« unternehmen, indem wir unsere Einstellung ändern und einige praktische Maßnahmen ergreifen.

Wir haben bereits erörtert, wie wir dafür sorgen müssen, dass wir unseren Geist durch das, was wir konsumieren, also was wir hören, lesen und sehen, mit neuen Ideen füllen, und wie wichtig es ist, einen erholsamen Freiraum im Geiste zu schaffen, wenn wir uns inspirieren lassen wollen. Aber wir können diese Anstrengungen nicht nur dann unternehmen, wenn uns danach ist. Das hieße, den Karren unserer Motivation vor die wilden Pferde unserer wechselnden Emotionen zu spannen.

Wir »fühlen« uns nicht in die Inspiration hinein, wir »arbeiten« uns hinein.

Wie oft haben Sie sich schon demotiviert gefühlt, sich aber trotzdem gezwungen, die Kamera oder den Pinsel in die Hand zu nehmen oder sich an die Schreibmaschine zu setzen, und waren dann Stunden später immer noch fröhlich am Werk? Das ist mir gerade passiert. Ich wusste, dass ich mich heute hinsetzen und schreiben musste, aber ich hatte wirklich keine Lust dazu. Ich habe jedoch nicht meinen Gefühlen die Entscheidung überlassen, ob ich heute schreiben würde. Stattdessen ließ ich meinen Verstand entscheiden. Ich sagte mir, dass es eine gute Idee sei, es zu versuchen, auch wenn mir nicht danach zumute war. Also machte ich mir einen Kaffee, legte ein bisschen Hintergrundmusik auf und begann zu tippen. Und

jetzt sitze ich schon seit einer Stunde hier und habe über 2.000 neue Wörter auf dem Bildschirm vor mir, einschließlich dieses letzten Satzes. Am Anfang stand eine rationale Entscheidung, die mich vom Nichtstun zum Tun brachte, und Spaß hatte ich dabei auch. Um an diesen Punkt zu gelangen, musste ich das Gefühl der Lustlosigkeit überwinden. Ich bin froh, das getan zu haben.

Inspiration stellt sich nicht ein, wenn man auf der Couch auf sie wartet. Inspiration kommt meist dann, wenn man bereits aufgestanden ist und mit dem »Machen« begonnen hat. An den schwierigsten Tagen muss das »Machen« mit einer rationalen Entscheidung beginnen.

Es geht auch darum, langfristig zu denken und es so oft wie möglich zu versuchen, vor allem, wenn man keine Lust hat. An manchen Tagen ist mir nicht danach zu fotografieren, aber ich gehe trotzdem raus, weil ich mir diese Disziplin nun mal erwählt habe. An manchen Tagen komme ich mit leeren Händen nach Hause, an anderen mit einer guten Ausbeute von Bildern. Aber wenn ich mein jährliches Fotobuch zusammenstelle, bin ich so dankbar für jedes Mal, wenn ich meinen Verstand benutzt und mich dazu überredet habe, mit der Kamera loszuziehen. Denn jetzt gibt es so viel Bilder mehr, aus denen ich auswählen kann, was das Buch noch besser macht. Und mehr noch: Viele meiner Lieblingsbilder sind an Tagen entstanden, an denen ich mich dazu zwingen musste, vor die Tür zu gehen. Das waren die Tage, an denen der Griff zur Kamera eine rationale Entscheidung gewesen ist. Diese Bilder wären vielleicht nie entstanden, wenn ich mich von meinen Gefühlen hätte leiten lassen.

Was ist das Schlimmste, das passieren könnte, wenn man die »unmotivierten« und »uninspirierten« Gefühle, die wir alle von Zeit zu Zeit haben, ignoriert und sich entscheidet, trotz-

dem etwas zu machen? Mir persönlich fällt kein einziges Mal ein, dass ich diese rationale Entscheidung bereut hätte. Das heißt nicht, dass es immer geklappt hat und ich jedes Mal, wenn ich mich von der Couch erhoben habe, etwas geschaffen habe, auf das ich stolz bin. Aber selbst in den Fällen, in denen es nicht geklappt hat, habe ich den Versuch nie bereut. Warten Sie nicht, bis Sie es »fühlen«. Emotionen sind wichtig, aber sie sollten nicht unser wichtigster Antrieb sein. Schaffen Sie etwas so oft Sie wollen, auch wenn Sie keine Lust haben, auch wenn es nicht klappt. Noch einmal: Sie können die Ergebnisse nicht kontrollieren, aber Sie können kontrollieren, ob Sie aufstehen und den Stift, die Gitarre oder die Kamera im Dienst der Musen in die Hand nehmen.

Ich möchte nicht unsensibel gegenüber jenen klingen, die mit echten Stimmungsstörungen zu kämpfen haben. Ich habe zu verschiedenen Zeitpunkten in meinem Leben mit Depressionen gekämpft, ich verstehe das also, aber selbst dann hatte ich die Wahl, ob ich mich an Freunde wende, regelmäßig spazieren gehe oder einen Termin bei einem Fachmann vereinbare, um Hilfe zu bekommen. Es gibt immer etwas, das man tun kann, um sich in eine positive Richtung zu bewegen, selbst wenn man heute nur einen winzigen Schritt machen kann.

Als Menschen, die dazu neigen, sehr stark mit ihren Gefühlen verbunden zu sein, mögen Künstler manchmal den Verstand als einen weniger kreativen Teil der Psyche geringschätzen. Aber wenn wir sicherstellen, dass wir ihn in Kombination mit unseren Emotionen nutzen, werden wir bessere, fähigere, bewusstere, beständigere und regelmäßiger inspirierte Schöpfer.



Umgekehrt brauchen wir unsere Gefühle, um schöne Dinge zu schaffen.

Ich habe Ihnen erzählt, dass ich in meinen Zwanzigern in einigen Bands gespielt habe, aber nicht, dass ich diese Bands auch leitete. Ich organisierte die Proben, wählte aus, welche Songs wir in unser Repertoire aufnahmen, buchte die Auftritte, stellte die Setlisten zusammen und führte die Band von meinem Keyboard aus an, wenn wir live spielten. Obwohl wir eine Setlist für jeden Abend hatten, gab es keine Garantie dafür, dass wir die Songs in dieser Reihenfolge oder jedes Mal auf die gleiche Weise spielen würden. Ich mochte es, die Dinge so flüssig wie möglich zu halten. Bei den Proben teilten wir die Songs in Abschnitte auf und übten, wie wir zwischen Strophe, Refrain, Bridge und Zwischenspiel in beliebiger Reihenfolge wechseln konnten, damit wir bei jedem Auftritt so viele Variationen wie möglich hatten. Wir hatten sogar Dur- und Moll-Versionen einiger Songs vorbereitet, die wir je nach der Stimmung des Auftritts einsetzen konnten.

Ich hatte auch eine Reihe von einfachen, subtilen Handzeichen entwickelt, die ich hinter meinem Rücken dem Rest der Band gab, um ihnen mitzuteilen, wo die Reise hingehen sollte.

Zwei Finger nach unten bedeutete eine Strophe.

Eine gekrümmte Hand war ein Refrain.

Ein klopfender Finger war ein Build.

Eine flache Hand war ein Breakdown.

Ein Fingerzeig auf ein bestimmtes Bandmitglied bedeutete, dass wir zu einem Instrumentalteil mit diesem Musiker übergingen, sodass der Rest von uns in den Hintergrund trat und ihn unterstützte.

Ein wirbelnder Finger rief dazu auf, den Abschnitt zu wiederholen, in dem wir gerade waren.

Eine geschlossene Faust beendete den Song.

Sie verstehen, was ich meine.

Das waren alles rationale Überlegungen, die wir im Vorfeld angestellt hatten und die es uns ermöglichten, so aufzutreten. Stundenlanges Üben, das Erlernen von Liedern und Abschnitten, das Ausmachen von Handzeichen und das Wissen um die Art des Veranstaltungsortes und des Publikums, vor dem wir auftraten, waren die Informationen, die wir benötigten.

Während des Auftritts ging es jedoch vor allem um das »Gefühl«. Um sicherzustellen, dass wir einen guten Auftritt hatten, musste ich genau darauf achten, was ich fühlte, was der Rest der Band fühlte und vor allem, was der Raum, in dem wir spielten, fühlte. An vielen Abenden, auch wenn ich in eine Menge von 300 Gesichtern blickte, war es eher der Versuch, die Emotionen in einem einzelnen Gesicht zu lesen und herauszufinden, wohin sie gehen wollten. Dabei gab es ein »Geben und Nehmen«. An manchen Abenden ging es mehr um sie, also blieben wir bei einem bestimmten Abschnitt, auf den der Raum reagierte. An anderen Abenden merkten wir, dass das Publikum nicht in Stimmung war, wir als Band aber schon, und so schwelgten wir fast trotzig in der Freude, die Musik zu spielen, die wir liebten, und gewannen auf diese Weise oft den Saal für uns.

Die Proben und die Handzeichen sollten uns als Band zusammenhalten, aber sie richtig einzusetzen, hatte wenig mit meinem Verstand zu tun. Ich musste spüren, was in dem Moment gebraucht wurde, und viele Auftritte verliefen ganz anders, als ich es vor dem Spielen der ersten Note angenommen hatte. Wenn ich meinem Verstand gefolgt wäre und mich strikt an einen vorbereiteten Plan gehalten hätte, wäre ich nicht in der

Lage gewesen, den Kurs spontan zu korrigieren. Aber auf diese unterschwelligem Signale zu achten hat uns Musikern einige ganz besondere Abende beschert.

Um ehrlich zu sein, waren die Handzeichen oft gar nicht nötig. Gelegentlich vergaß ich, rechtzeitig ein Signal zu geben, aber wir kamen als Gruppe an einen Punkt, an dem wir gemeinsam intuitiv wussten, was als Nächstes kommen würde. Auf diese Weise zu spielen war eine fast mystische Erfahrung. Zwischen Bandmitgliedern, die jahrelang zusammen spielen, entwickelt sich oft eine Art Telepathie, durch die sie synchron genau wissen, was ein Moment erfordert. Sie bewegen sich dann musikalisch gemeinsam in eine Richtung so wie Vögel in einem Schwarm. Früher habe ich mich oft gefragt, wie das möglich ist. Ich erinnere mich, dass wir als Band ein paar Mal darüber gesprochen haben, aber wir konnten es nie richtig erklären. Da wir uns zu diesem Zeitpunkt sehr gut kannten, konnten wir das Spiel des anderen vorhersehen. Aber Tatsache war, dass jeder Auftritt und jedes Publikum anders war, es gab also viel mehr Variablen als nur uns fünf auf der Bühne. Jeder Zuhörer war auch eine Variable, und sie gaben den Ton und die Richtung für den Abend genauso vor wie wir selbst. Ich denke, das lässt sich besser durch unsere kollektive emotionale Sensibilität erklären.



Ich bin mir bewusst, wie abgedroschen das klingt. Oberflächlich betrachtet bin ich ein leicht verklemmter und spießiger Brite, dessen Kultur großen Gefühlsausbrüchen mit Misstrauen begegnet, sodass diese Art zu reden nicht von meiner Persönlichkeit bestimmt wird. Ich habe jedoch keine Wahl, denn meiner Erfahrung nach ist es die Wahrheit. Um sinnvolle Dinge zu schaffen, braucht man emotionale Intelligenz und Sensibilität.

Wie oft haben Sie sich schon festgefahren gefühlt, wenn Sie kreativ sein wollten? Sie wissen nicht, wie es weitergehen soll oder was Sie sagen sollen. Dieses Gefühl tritt häufig auf, wenn wir gerade ein Projekt abgeschlossen haben und nach einer neuen Richtung für das nächste suchen.

Vielleicht haben Sie eine Reihe von Gemälden fertiggestellt und möchten einen neuen Stil ausprobieren, wissen aber nicht, wo Sie anfangen sollen.

Vielleicht haben Sie ein Buch fertig geschrieben und möchten ein weiteres beginnen, haben aber keine Ahnung, worum es gehen soll.

Vielleicht sind Sie ein Fotograf, der sich daran gewöhnt hat, in einer bestimmten Stadt auf eine bestimmte Art und Weise zu fotografieren. Nun aber sind Sie umgezogen, und die veränderte Umgebung bringt es mit sich, dass Sie neu anfangen müssen – und Sie wissen nicht, wie Sie anfangen sollen.

Nun, die rationale Entscheidung in diesen Fällen ist, einfach anzufangen, zu malen oder zu schreiben oder zu fotografieren. Aber natürlich wird es für eine Weile verwirrend sein, denn etwas Neues zu beginnen, beginnt fast immer im Chaos. An dieser Stelle sind unsere Gefühle entscheidend. Sie führen uns durch die dunkle Phase, wenn wir neue Techniken ausprobieren oder uns neuen Themen nähern. Wir spüren oft, wenn wir auf dem richtigen Weg sind, lange bevor wir sagen können, warum wir das wissen. Und wenn dieses Gefühl auftaucht, lohnt es sich meiner Erfahrung nach, ihm zu vertrauen.

Worum es hier wirklich geht, ist Intuition. Dieses Gefühl, auf dem richtigen Weg zu sein, ist unser unterbewusster Instinkt, der unseren bewussten Verstand umgeht und uns tausend »Ja«- und tausend »Nein«-Signale gibt, während wir uns vorwärts

tasten. Je mehr wir tun, desto mehr lernen wir, unseren Gefühlen zu vertrauen, denn wenn wir das tun, führen sie unweigerlich zu Durchbrüchen.

Einige von uns tun sich schwer, weil sie sich zu sehr auf ihren Verstand verlassen. Und zu denen gehöre ich auch. Ich habe das Bedürfnis, zu verstehen, zu kontrollieren und zu definieren, was mich oft in meinen Entscheidungen zurückhält. Dadurch tappe ich oft in die Falle, jeden Instinkt sauber zu durchdenken, bevor ich mir erlaube, danach zu handeln, was, wie ich glaube, von der Angst kommt, zu versagen oder mich lächerlich zu machen. Das Ergebnis ist, dass ich mich viel langsamer bewege, als ich müsste. Ich musste mir selbst beibringen, dass nicht jede Entscheidung, die ich treffe, einen klaren Sinn ergeben muss und dass manchmal ein Bauchgefühl der einzige Weg nach vorne ist.

Es gab zum Beispiel eine Zeit, in der ich mir nicht erlaubte, ein Foto zu machen, wenn die Komposition nicht einer traditionell akzeptierten Regel oder Formel entsprach oder kein klares Thema aufwies, das die Leute verstehen würden. Alle Elemente mussten vorhanden sein, bevor ich mir die Erlaubnis gab, auf den Auslöser zu klicken. Ich war mein eigener tyrannischer, diktatorischer Chef, der darauf bestand, dass ich eine präzise Antwort hatte, bevor ich auch nur eine einzige kreative Handlung vornahm. Und das hat mich lange Zeit in meiner Entwicklung als Fotograf behindert.

Ich erinnere mich noch genau an den Tag, an dem mir klar wurde, wie lächerlich ich mich aufführte. Was glaubte ich, wovor ich mich schützen musste? An welche Angst hatte ich mich versklavt? Wenn ich auf Film fotografieren würde, könnte ich vielleicht argumentieren, dass jedes Bild Geld kostete und ich deshalb sparsam sein musste, aber eine digitale Spei-

cherkarte mit Bildern zu füllen, ist mit keinerlei Kosten verbunden. Ich könnte sicherlich nicht argumentieren, dass es mir peinlich wäre, wenn die Welt meine fotografischen Experimente sähe, denn wenn die Bilder nicht gelängen, müsste ich Sie ja niemandem zeigen. Auch hier musste ich mit meinem Perfektionismus und meinem Kontrollbedürfnis kämpfen, um mir die Freiheit zu erlauben, wieder zu spielen und mich an neue Dinge heranzutasten.

Wenn ich jetzt herumlaufe, mache ich viele Bilder. Ich erlaube mir, Dinge nach meinem Instinkt zu fotografieren. Wenn ich um eine Ecke biege und spüre, dass dort etwas ist, aber nicht bewusst weiß, was es ist, erlaube ich mir, es mit meiner Kamera visuell zu erkunden, indem ich mich bewege und locker fotografiere, um zu sehen, was sich zeigt.

Ich werde ein Bild aufnehmen. Schau es an. Achte darauf, wie es sich anfühlt. Dann ändere ich die Position und den Blickwinkel, mache ein weiteres Bild und wiederhole diesen Vorgang ein paar Mal, wobei ich mich frage: »Fühlt es sich besser oder schlechter an?« Mit meinen Gefühlen wird es fast zu einem Spiel à la »wärmer, kälter«, das mich zu etwas Gutem führt. Die meisten Bilder, die ich mache, um zu einer guten Aufnahme zu gelangen, sind zugegebenermaßen Schrott, aber das ist Teil des Prozesses, das habe ich akzeptiert. Früher machte ich mir Sorgen um meine »Trefferquote«, etwas, von dem Fotografen oft besessen sind. Der Begriff beschreibt die Anzahl der Aufnahmen, die man von einem bestimmten Tag behält, im Vergleich zu der Anzahl der Bilder, die man insgesamt gemacht hat, um dieses Ziel zu erreichen. Manche meinen, dass man ein besserer Fotograf ist, je niedriger diese Quote ist. Ich würde jedoch sagen, dass Sie, wenn Sie dieses Spiel in Ihrem Kopf spielen, Gefahr laufen, zu viel mit Ihrem Verstand und zu wenig mit Ihrem emotionalen Bauchgefühl zu »machen«.

Ich habe es mir zur Aufgabe gemacht, viele dieser intuitiven Experimente online zu teilen. Ich nenne sie »visuelle Notizen«, und es sind Bilder, die ich nie ausdrucken und an die Wand hängen oder in eine Mappe legen würde. Aber der Akt des Fotografierens hat mich etwas Neues gelehrt, und ich möchte mich daran erinnern. Mein Instagram ist im Moment eher ein Sammelalbum von Ideen als ein Portfolio, das beeindrucken soll. Ich möchte, dass es ein lockeres visuelles Notizbuch für mich ist und ein offen angebotenes Lernangebot für andere, damit sie mehr von dem inneren Prozess sehen können, der mir hilft, zu den guten Bildern zu kommen.

Auf meinem Weg des Experimentierens haben sich mir neue Wege und visuelle Stile auf eine Weise eröffnet, die nicht möglich gewesen wäre, wenn ich mich gezwungen hätte, sie durch das unversöhnliche Sieb meines Verstandes zu pressen. Diese »visuellen Notizen« sind oft die Bilder, die den Durchbruch zu etwas Neuem bringen. Wenn ich mir erlaube, Dinge intuitiv zu machen, ohne dass ich eine klare Antwort auf das »Warum« brauche, ist das ein Fortschritt für einen Perfektionisten wie mich.

Wenn Sie glauben, dass Sie sich festgefahren haben, könnte es sich lohnen, die Dinge anders anzugehen, um aus Ihrem vom Verstand gesteuerten Kopf herauszukommen. »Fühlen« Sie sich vorwärts.

Ich kenne einen erfahrenen Architekten, der seine ersten Skizzen für Gebäude auf den Kopf und von hinten nach vorne dreht, um zu sehen, wie sich das Gebäude als Form anfühlt.

Ähnlich verhält es sich mit einem befreundeten Fotografen, der beim Dodge & Burn das Bild auf den Kopf stellt, sodass er nur das Licht und die Form ohne den Kontext des endgültigen Bildes betrachtet. Er sagt, dass ihm das intuitiv hilft, eine bessere Balance zu finden.

In dem Dokumentarfilm *The Bee Gees: How Can You Mend a Broken Heart* erklärt Chris Martin von Coldplay, dass Barry Gibb ihm einmal seine Gitarrenstimmung erklärt hatte. Martin sagt, er habe es nicht verstanden, aber er dachte, Gibb habe es absichtlich kompliziert gemacht, denn »wenn man keine Ahnung hat, was man auf der Gitarre macht, hört man einfach, ob es einem gefällt, anstatt zu denken, ob es einem gefällt.« Gibb hatte einen Weg gefunden, über neue Klänge und Akkordstrukturen zu stolpern, weil er sich jenseits der engen Grenzen des Konventionellen bewegte.

Emotionen sind ein Wegweiser, besonders wenn wir keine intellektuelle Idee haben, wie wir vorankommen können, aber wir haben ein Gefühl: »Ich bin mir nicht sicher, warum, aber ...«

»... ich habe das Gefühl, dass dieses Stück mehr Blau braucht.«

»... ich finde, wir sollten von hier aus zu a-Moll übergehen.«

»... ich habe das Gefühl, dass dieses Foto-Essay ganz in Schwarz-Weiß sein sollte.«

Denken Sie an diesem Punkt noch nicht rational. Handeln Sie nach Ihrem Bauchgefühl, experimentieren Sie damit und sehen Sie, wohin es führt. Wir müssen uns selbst die Erlaubnis geben können, diesen Neigungen zu folgen, ohne dass wir noch vor dem ersten Schritt einen sauber formulierten Grund dafür parat haben. Vielleicht stellen wir dann fest, dass es ein Fehler war, diesen Weg einzuschlagen, aber zumindest haben wir zugehört und versucht, unserem Bauchgefühl zu folgen, und dabei etwas gelernt.



Um unsere Emotionen auf gesunde Weise zu nutzen, müssen wir uns unserer selbst bewusst sein. Wenn wir uns nicht nur intuitiv von unseren Gefühlen leiten lassen wollen, sondern

auch den Inhalt dessen, was wir sagen wollen, in unseren eigenen Emotionen finden möchten, dann müssen wir uns bewusst sein, was sie uns wirklich sagen.

Kunst, die den Emotionen von jemandem entspringt, der noch nicht zu seinem Selbstbewusstsein gefunden hat, hat nicht dieselbe Integrität. Es besteht zum Beispiel ein großer Unterschied zwischen einem jugendlichen Rocker, der seine Wut gegen das Establishment auf der Bühne herausschreit, aber eigentlich ein sorgenfreies Leben führt, und dem gegen das Establishment gerichteten Feuer und der Leidenschaft einer Rede von Martin Luther King, Jr. Ersteres ist wahrscheinlich eine »angenommene« Emotion um der künstlerischen Identität willen und wird nicht von Dauer sein, weil sie nicht auf einer authentischen Geschichte basiert. Letzteres hat jedoch Gewicht, weil es von einem Menschen stammt, der diesen Schmerz erlebt, diese Ungerechtigkeit erfahren und seine eigenen Gefühle verarbeitet hat, bevor er sich entschloss, der Welt seinen gerechten Zorn auf eine Weise mitzuteilen, die ankam und die Dinge veränderte.

Kunst, die aus echter Selbsterkenntnis entsteht, nimmt mit uns auf einer tieferen Ebene Verbindung auf.

Nehmen wir Edvard Munch, der seine innere Zerrissenheit in seinem Gemälde mit dem Titel *Der Schrei* wiedergibt. Über die Inspiration zu diesem Werk sagte er:

*Ich ging mit zwei Freunden die Straße entlang – die Sonne ging gerade unter – plötzlich färbte sich der Himmel blutrot – ich hielt inne, fühlte mich erschöpft und lehnte mich an den Zaun – da waren Blut und Feuerzungen über dem blauschwarzen Fjord und der Stadt – meine Freunde gingen weiter, und ich stand da und zitterte vor Angst – und ich spürte einen unendlichen Schrei, der durch die Natur ging.*

Seine Beschreibung ist voller Emotionen, und durch sie gesteht er seinen persönlichen Kampf mit der Angst voll und ganz ein. Er versucht nicht, sie hinter anderen Emotionen wie Wut oder Trauer zu verstecken, wie es viele tun – stattdessen lässt er das ungefilterte Gefühl, das er an diesem Tag erlebte, durch Farbe und Pastell auf die Leinwand fließen, ohne offensichtliche Angst davor, wie es ihn aussehen lassen würde. Es ist dieses kühne und mutige Mitteilen seiner authentischen Gefühlslage, das die Betrachter so tief berührt und sie ein wenig länger verweilen lässt, bevor sie zu anderen Werken in der Galerie weitergehen.

Ich glaube, dass dieses Bild auch deshalb so berühmt ist, weil Angst ein so weit verbreitetes Leiden in unserer modernen Welt ist. So viele Menschen betrachten dieses Bild und können sich mit den Gefühlen, die es hervorruft, sehr gut identifizieren, weil es ihren eigenen, oft unsinnigen Schrecken und den ungebeten Wunsch zu schreien illustriert, der täglich in ihnen Gestalt annimmt.

Munchs Mut, sich seinen emotionalen Kampf einzugestehen und ihn mit der Welt so zu teilen, wie er war, ungeschminkt und ungereinigt, bringt vielen, die das Bild betrachten, einen seltsamen Trost, weil sie wissen, dass es da draußen andere gibt, die genauso leiden wie sie.

Wie weiter oben im Kapitel »Neid« beschrieben, weisen unsere Emotionen immer auf etwas in uns hin, das unserer Aufmerksamkeit bedarf. Die Anwendung emotionaler Intelligenz auf diese Emotion kann uns helfen, herauszufinden, was dieses Etwas ist. Wir haben die Chance, die guten und notwendigen Veränderungen vorzunehmen, nach denen unser Unterbewusstsein schreit, wenn wir uns auf die Reise nach Innen begeben, um herauszufinden, was dieses Gefühl in uns jenseits der ersten Annahmen wirklich bedeutet. Wenn wir uns entschließen,

diesen Weg mutig bis zu seinem erlösenden Ende zu gehen, indem wir uns unseren Ängsten stellen, werden wir feststellen, dass dieselben Emotionen nicht mehr dieselbe Verwirrung oder Angst auslösen, wenn sie wieder auftauchen. Und das bedeutet, dass wir etwas aus diesen emotionalen Räumen heraus erschaffen und anderen die nützlichen Lektionen unserer inneren Reise anbieten können.

Unsere Emotionen sind nur die unterbewussten Wegweiser zu etwas Wichtigerem. An ihnen festzuhalten, ohne herauszufinden, wohin sie führen, ist genauso nutzlos, wie sich auf einer tausend Kilometer langen Reise über ein leuchtendrotes Stoppschild aufzuregen. Das Schild soll Ihnen helfen, Ihr Ziel sicher zu erreichen, und nicht dazu dienen, das Auto anzuhalten und die Fahrt zu verzögern. An dieser Stelle müssen wir unsere gefühlten Emotionen wieder mit unserem Verstand abgleichen, um sicherzustellen, dass wir nicht an den Schildern hängenbleiben.

Genauso sind unsere Emotionen nicht das Ende unserer Botschaft, sondern sie geben uns die Richtung für die Botschaft in unserer Arbeit vor. Wenn wir die innere Reise für uns selbst angetreten haben und wissen, wohin der Weg führt, können wir diese Gefühle effektiv mit anderen teilen, um ihnen auf ihrer Reise zu helfen.

Denken Sie an das Musikstück, das Sie jedes Mal zum Weinen bringt.

Was ist mit dem Film, der Sie immer zu Tränen rührt?

Was ist mit dem Buch, das Ihnen immer so viel Trost spendet?

Diese Künstler arbeiten wahrscheinlich hart daran, etwas aus ihren gelebten Geschichten zu erschaffen. Es lohnt sich, darauf zu achten, wie sie ihre Lebenserfahrung in dem, was sie

schaffen, umsetzen und wie sie diese emotionale Reaktion bei Ihnen hervorrufen. Sie könnten Ihnen bei Ihrer eigenen Arbeit helfen und Sie lehren, wie Sie dort mehr Pathos hineinbringen.

Ich bin mir sehr bewusst, dass ich aus dieser tiefen Quelle schöpfe, wenn ich einen von mir gedrehten Film schneide.

Ich verwende Techniken, um die Zuschauer Dinge fühlen zu lassen. Es wird Sie vielleicht überraschen, dass der längste Teil des Schnittprozesses für mich nicht das Schneiden oder das Grading des Filmmaterials ist, sondern die Auswahl des richtigen Soundtracks. Dafür brauche ich oft Stunden – er muss perfekt passen. Musik ist ein wesentlicher Bestandteil, denn ich weiß genau, dass nichts die Emotionen so hochfahren lässt und die Menschen zu dem hinführt, was ich ihnen vermitteln möchte, wie Musik. Auf der anderen Seite kann nichts den Zauber eines Films mehr brechen als ein falsch platziertes Musikstück, daher ist die Zeit, die ich brauche, um das perfekte Stück zu finden, immer gut investiert.

Verstehen Sie mich nicht falsch: Dinge wie ein bestimmtes Colorgrading, die Kontrolle des Schnitttempo und sogar die Intonation meiner gesprochenen Worte tragen ebenfalls dazu bei, dem, was ich im Film sage, ein bestimmtes Gefühl zu verleihen. Wir wissen alle, dass die emotionale Wirkung völlig verloren ginge, wenn ich eins meiner Drehbücher in eine Sprachausgabe einfütern und diese Roboterstimme in meinen Filmen verwenden würde. Wenn ich jedoch meinen Text mit den richtigen Bildern, dem richtigen Tempo, der richtigen Intonation und vor allem mit dem richtigen Soundtrack begleite, wird er unendlich viel gefühlsstärker.

Mein Ziel ist es jedoch nicht, zu manipulieren. Ich bin streng mit mir selbst und achte immer darauf, dass ich über Dinge spreche, die ich selbst erlebt habe. Wenn ich versuche, bei ei-

nem Zuschauer eine Emotion auszulösen, dann nie allein um des Gefühls willen, sondern weil ich dieses Gefühl selbst erlebt habe. Und nochmal: Ich bin nicht daran interessiert, dass meine Zuschauer nur konsumierend dasitzen und auf den emotionalen Wegweiser starren. Ich möchte, dass sie die Reise mitmachen. Ich habe diesen Weg irgendwann selbst beschritten, und ich bin zurückgekommen, um mitzuteilen, was ich gelernt habe, und um emotional zu beschreiben, wohin er führt. Alles in der Hoffnung, dass die Menschen, die meine Arbeit betrachten, sich entscheiden, diesen Weg für sich selbst zu gehen.

Meine Hoffnung ist, dass die ehrliche Vermittlung meiner Gefühle und die Anregung, dass Sie durch etwas, das ich gemacht habe, das Gleiche fühlen, vielleicht dazu führen, dass Sie sich öffnen. Es kann Ihnen helfen, zu feiern, zu trauern oder Entschlossenheit zu zeigen. Vielleicht hilft es Ihnen, Ihren eigenen verwirrenden Gefühlen mit mehr Mut zu begegnen, weil Sie wissen, dass andere genauso fühlen wie Sie selbst. Vielleicht hilft es Ihnen, sich zu entscheiden, die Reise nach innen anzutreten und herauszufinden, worauf diese Gefühle hindeuten, und Ihr Leben zum Besseren zu verändern, indem Sie sich Ihren Ängsten stellen.

Vielleicht, nur vielleicht, wenn ich es richtig anpacke, kann ich wirklich ein wenig Ordnung in das Chaos eines andern Menschen bringen.



Im Alter von 16 Jahren musste bei William Ernest Henley aufgrund von Komplikationen nach einer Tuberkuloseerkrankung das linke Bein amputiert werden. Als ob das nicht schon schlimm genug gewesen wäre, begannen Jahre später Probleme an seinem rechten Bein aufzutreten, und die Ärzte sagten ihm, dass auch dieses Bein entfernt werden müsse.

Er gab jedoch nicht auf und beschloss, nach Edinburgh zu reisen, wo sich ein Chirurg namens Joseph Lister bereit erklärte, seine beträchtlichen Fähigkeiten einzusetzen und zu versuchen, Henleys rechtes Bein zu retten. Die Operationen schienen erfolgreich zu sein, und während er sich in seinem Krankenhausbett erholte, fühlte sich Henley veranlasst, das inzwischen berühmte Gedicht *Invictus* zu schreiben, das er 1888 veröffentlichte:

*Aus finsterner Nacht, die mich umragt,  
durch Dunkelheit mein' Geist ich quäl.  
Ich dank, welch Gott es geben mag,  
dass unbezwung'n ist meine Seel.*

*Trotz Pein, die mir das Leben war,  
man sah kein Zucken, sah kein Toben.  
Des Schicksals Schläg in großer Schar.  
Mein Haupt voll Blut, doch stets erhob'n.*

*Jenseits dies Orts voll Zorn und Tränen,  
ragt auf der Alp der Schattenwelt.  
Stets finden mich der Welt Hyänen.  
Die Furcht an meinem Ich zerschellt.*

*Egal, wie schmal das Tor, wie groß,  
wieviel Bestrafung ich auch zähl.  
Ich bin der Meister meines Los'.  
Ich bin der Käpt'n meiner Seel.*

Hier ist ein Mann, der nicht nur auf die Stopp-Schilder seiner stillen natürlichen Angst und Verzweiflung starrte. Er ging den Weg nach innen und stellte sich seinem emotionalen Aufruhr, und dann kam er zurück, um seine Gefühle mit der Feder zu Papier und in geordnete Worte zu bringen, um uns eines der

berühmtesten Gedichte zu hinterlassen, die je geschrieben wurden. So berühmt, dass diese Worte einen alternden Nelson Mandela trösteten, als er über 100 Jahre später im Gefängnis saß. Augenzeugen berichteten sogar, dass er das Gedicht Mitgefangenen vortrug, um sie in ihrer Not zu trösten.

Das ist Kunst von Herz zu Herz, die die Gefühle eines Menschen einem anderen vermittelt und Trost und Ordnung in unser gefühltes Chaos bringt.



# *Schatten*

Ich war in meinen Zwanzigern ein in aller Stille wütender, aufgewühlter junger Mann. Tief in mir brodelte stets eine leise Frustration vor sich hin. Wie bei vielen Menschen in diesem Alter äußerte sich diese Frustration meist in Form einer allgemeinen Enttäuschung über die offensichtliche Ungerechtigkeit in der Welt. Aber so gerecht sich meine Wut auch anfühlte, ich verstand sie nicht, weil ich mich ihr nicht stellte und mich nicht fragte, was sie mir sagen wollte. So viele meiner Bemühungen, die Welt zum Besseren zu verändern, verliefen im Sande. In meiner Vorstellung tötete ich Drachen, aber in Wirklichkeit kämpfte ich oft nur gegen Windmühlen.

Ich sagte weiter oben, dass Sie in diesem Buch wieder von Vic hören würden. Jetzt möchte ich Ihnen das Tiefgründigste erzählen, was er mir je beigebracht hat.

In einem Semester meiner Pastorenausbildung sollten wir eine Arbeit über die Bedeutung der institutionellen Kirche in der heutigen Zeit schreiben. Diese Aufgabe war mir wie auf den Leib geschrieben, und ich konnte es kaum erwarten, loszulegen.

Meine Hauptaufgabe zu jener Zeit war die Betreuung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen, d.h. von Menschen im Alter von 13 bis 35 Jahren. Das bedeutete, dass ich in den Jahren von der frühen Highschool bis hin zur Universität Einfluss auf ihr Leben hatte. Ich merkte bald, dass sich ein wiederkehrendes Muster herausbildete. Während ihrer Teenagerjahre genossen sie das kirchliche Leben und schienen alles zu akzeptieren, was man ihnen sagte, ohne es in Frage zu stellen – wahrscheinlich um ihren Familien zu gefallen oder um sich in die Gemeinschaft einzufügen. Wenn sie aber in den ersten Ferien von der Universität nach Hause kamen, nahmen sie mich oft zur Seite und sagten, dass sie sich etwas betrogen fühlten, weil

die Kirche nicht ehrlich zu ihnen gewesen sei. In ihren Vorlesungen hatten sie aufregende neue Ideen kennengelernt, von denen viele nicht zu dem passten, was ihnen einige Kirchenleute erzählten. Insbesondere was sie in den Wissenschaften lernten, entlarvte manche der primitiveren Vorstellungen, die immer noch in den Köpfen einiger Kirchenbesucher stecken. Und sie trafen zum ersten Mal Menschen mit anderen Sexualitäten, religiösen Vorstellungen und politischen Standpunkten als ihren eigenen und erkannten neue Dinge über die Menschheit im Allgemeinen und in einigen Fällen auch über sich selbst.

Die Kirchenleitung geriet unter Druck, aber ihre Reaktion auf diesen Zustrom neuer Fragen und Ideen bestand lediglich darin, sie abzuschmettern oder zu versuchen, diese Stimmen zum Schweigen zu bringen, und das machte mich wütend. Sie lagen mir am Herzen, und ich war glücklich darüber, dass ihr Verstand vor neuen Ideen nur so sprühte. Schon damals stand ich im Ruf, nicht hinterm Berg zu halten, wenn die Kirche versagte und ihre Vorstellungen nicht mehr auf der Höhe der Zeit waren – weshalb man mich regelmäßig zu diskreten Gesprächen hinter den Kulissen vorlud.

Aber ich fühlte mich festgefahren.

Welchen Rat konnte ich schon geben? Ich wollte sie keinesfalls auffordern, zu bleiben und ihre neu entdeckte Wissensgier aufzugeben, nur weil der ein oder andere eher traditionelle Geistliche daran Anstoß nehmen würde. Ehrlich gesagt, riet ich diesen wissensbegierigen Menschen, sie sollten der Wahrheit folgen, wohin sie sie auch führe. Meine Argumentation war, dass, wenn wir Gott und Wahrheit gleichsetzen, ein intellektuell ehrliches Streben letztendlich zu Gott führen muss, und wenn die Kirche sich mit Dingen wie Fakten, Wissenschaft und überprüfbaren Wahrheiten nicht anfreunden kann, dann lebt Gott

vielleicht nicht mehr darin. Natürlich war das kein sehr populärer Standpunkt, und es ist offensichtlich, warum es mich nicht lange in diesem Beruf hielt.

Also habe ich mich in dieser Aufgabe, in der es um die »Kirche und ihre Relevanz in der heutigen Zeit« ging, in gut 4.000 Wörtern über all das ausgelassen, und ich nahm kein Blatt vor den Mund. Ich griff die Kirche wegen ihrer antiquierten Ideen und ihrer Neigung an, den Intellekt zu verteufeln und ihn in Gegensatz zum Glauben zu setzen. Ich war wütend, dass ich so viele gute Menschen verlor, die sich in der Institution, die ich eigentlich vertreten sollte, nicht mehr willkommen fühlten, und deren einziges Verbrechen darin bestand, zu lernen. All das machte mich wütend, und ich ließ es jeden, der das Pech hatte, meinen Text zu lesen, in aller Deutlichkeit wissen.

Ich reichte die Arbeit bei Vics Büro ein, nur um am nächsten Tag nach dem Unterricht dort einbestellt zu werden.

Ich klopfte vorsichtig an die Tür, da ich ziemlich genau wusste, warum ich in Schwierigkeiten war. Er öffnete sie und bedeutete mir wortlos, Platz zu nehmen. Wir saßen uns in den ledernen Ohrensesseln gegenüber und starrten uns eine gefühlte Ewigkeit lang an, während er seine übliche lange Pause einlegte, den Zeigefinger an die Lippen presste und überlegte, wie er beginnen wollte.

Schließlich sagte er: »Sean, ich habe deinen Text gelesen. Unter uns gesagt, du hast nicht Unrecht, aber es ist nicht der Inhalt, der mir Sorgen macht. Du machst mir Sorgen.«

Ich war etwas verblüfft und fragte: »Inwiefern?«

Er antwortete einfach: »Du bist sehr wütend, Sean.«

»Natürlich bin ich das«, entgegnete ich und legte los mit einer leidenschaftlichen Rekapitulation einiger Details aus meinem Text. Ich sagte sogar, dass ich nicht verstehen würde, dass niemand annähernd so wütend war wie ich. Wie konnten alle diese lächerliche Situation akzeptieren? Vic überstand diesen verbalen Wirbelsturm mit der Geduld eines Heiligen und wartete darauf, dass ich mich verausgabte. Schließlich verebbte mein Redestrom, und er ließ mich wieder warten, bevor er einfach sagte:

»Sean, ich glaube, du musst lernen, um die Menschheit zu trauern.«

Und dann entließ er mich.

Danach war ich noch wütender. Wenn er mir zustimmte, warum tat er dann so, als sei das Problem meine emotionale Reaktion auf einen ganz offensichtlichen Missstand und nicht der Missstand selbst? Und »um die Menschheit trauern«? Was zum Teufel sollte das bedeuten?

In den nächsten Wochen hallte dieser Satz in meinem Kopf nach. Vic hatte mir etwas in den Kopf gesetzt, und ich wurde es nicht los. »Trauern um die Menschheit« echote es in jedem ruhigeren Moment, und im Laufe der Tage nahm die Bedeutung dieser Worte langsam Gestalt an.

Warum sollte ich um die Menschheit trauern müssen?

Als ich darüber nachdachte, wurde mir klar, was Vic andeuten wollte. An uns allen gibt es etwas zu betrauern – als Gemeinschaft und als Einzelne, keiner von uns ist davon ausgenommen. Wir sind alle auf irgendeine Weise kaputt und verletzt. Die Dinge sind nicht so, wie sie sein sollten. Das Chaos ist immer präsent.

Mir wurde klar, dass wir das alle tief in uns wissen, und dass wir alle Angst haben, man könne uns für fehlerhaft oder kaputt halten. Also spielen wir unzählige Spiele, um uns selbst zu schützen, und viele davon können selbstsüchtig und grausam sein, wenn wir um uns schlagen oder andere wegstoßen und dabei die Menschen um uns herum noch mehr verletzen, als sie es ohnehin schon sind.

Dieser Kreislauf verdient unsere Trauer.

Vic hatte klar erkannt, dass meine Wut auf die Menschen in der Kirche auf meinem Glauben beruhte, dass es »gute« und »schlechte« Menschen in der Welt gibt. Ich war ein »guter« Mensch, der für das Gute kämpfte, und die Leiter der Institution waren die »schlechten« Menschen. Er hatte auch erkannt, dass ich es persönlich nahm, wenn sie mir nicht zuhörten und wenn sie versuchten, mich wegen meiner Ideen auszugrenzen oder zu bestrafen. Aber wenn ich anfang, um die Menschheit zu trauern, hieß das, dass ich auch um sie trauern musste. Ich musste verstehen, dass sie, obwohl sie älter waren als ich und Führungspositionen innehatten, ebenfalls Angst hatten und ihre Wunden schützten. Ihre Angst trieb sie dazu, jede Veränderung oder jeden Fortschritt abzuwehren, weil sie fürchteten, entlarvt zu werden, und es hatte nichts damit zu tun, dass sie mich oder die jungen Menschen in meiner Obhut angriffen. Seine einfachen Worte machten mir zum ersten Mal klar, dass das Verletzende der Menschen fast immer mit ihrer Angst und Zerrissenheit zu tun hat.

Die meisten Angriffe sind eigentlich eine Verteidigung.

Ich begann, mein Leben im Geiste noch einmal durchzuspielen und mir alles vor Augen zu halten, was mich verletzt hatte. Jedes Mobbing in der Schule, jede Misshandlung in der Familie, jeder Vertrauensbruch in einer Beziehung sah jetzt durch

diese Linse betrachtet anders aus, und ich fühlte, wie sich etwas in mir entspannte. Mir wurde klar, dass wir alle nur ein Durcheinander sind, und dass wir versuchen, inmitten unserer tiefen Ängste voreinander zurechtzukommen. Das heißt nicht, dass Menschen nicht schlimmen Dinge täten, die geahndet werden müssen, und auch nicht, dass meine Forderungen nach Wandel in der Kirche nicht immer noch gültig seien – aber ich nahm das alles jetzt nicht mehr so persönlich. Ich war in der Lage, die Probleme zu sehen, aber auch Mitgefühl für alle Beteiligten zu haben, was mich von meinem eigenen emotionalen Haken ließ und mir gleichzeitig half, das Problem auf eine viel konstruktivere Weise anzugehen.

Auch ich war von all dem nicht ausgenommen. Die Worte »trauern um die Menschheit« halfen mir auch, zum ersten Mal den Schatten zu akzeptieren, der auf meinem Inneren lag. In dem ich ehrlich zu mir selbst war, erkannte ich, dass ich so viel Energie darauf verwende, perfekt zu erscheinen und niemanden die Risse in meiner Rüstung sehen zu lassen, und dass ich mit diesem sinnlosen Streben andere verletzen könnte. Ich hatte Wunden, die ich schützen wollte. Ich hatte Impulse, für die ich mich schämte. Ich hatte tiefe Ängste davor, wie ich von meinem Umfeld wahrgenommen wurde.

Es war an der Zeit, mich diesem Schatten zu stellen.



Jeder Fotograf weiß, wie wichtig Schatten sind.

Jedes Bild setzt sich aus Licht und Schatten zusammen. Wir werden vom Licht angezogen, aber es sind die Schatten, die dem Licht erst eine erkennbare Form geben. Ohne Schatten oder das Fehlen von Licht würden wir nur auf ein leeres Blatt Papier schauen. Schatten geben dem Licht seine Grenzen und seine Form. Ob es sich um einen sanften, allmählichen Über-

gang vom Licht zum Schatten handelt oder um eine harte und plötzliche Kante, die Lichter und Schatten voneinander trennt – Schatten rahmen Licht ein und helfen uns zu erkennen, was wir sehen.

Kurz gesagt: Schatten sind des Fotografen Freund.

Wie ein Foto sind auch wir Künstler eine Mischung aus Licht und Schatten – und wir müssen unsere Schatten annehmen, um zu vielseitigeren Menschen zu werden, die vielseitigere Geschichten zu erzählen haben. Wenn wir so tun, als wären wir so perfekt, wie wir uns selbst darstellen, laufen wir Gefahr, ein eindimensionales Werk zu schaffen. Eine vielseitige Arbeit entsteht aus einem vielseitigen Inneren, und wer zu jeder Facette seines Selbst Zugang hat, ist in der Lage, differenzierte Kunst zu erschaffen.

Carl Jung sprach viel über diesen Aspekt unserer Psyche und vertrat die Theorie, dass wir sowohl eine Persona als auch einen Schatten haben.

Die Persona, so sagte er, ist der Teil von uns, den wir der Welt zeigen wollen. Sie umfasst die Eigenschaften, auf die wir stolz sind und die wir in all unseren Interaktionen in den Vordergrund stellen, in der Hoffnung, dass die Menschen uns die unglaubliche Lüge abkaufen, dass das schon das ganze Bild sei.

Der Schatten hingegen ist der Teil von uns, für den wir uns schämen oder dessen Existenz in uns wir leugnen. Er enthält unsere niedersten Impulse und dunkelsten Gedanken, die wir aus Angst vor der Welt zu verbergen versuchen.

Jung schlug vor, dass der Weg zu einem vielseitigen Menschen darin besteht, den Schatten in das Ganze einzubinden, ihn also zu akzeptieren und ihn zu dem hinzuzufügen, was wir als Per-

son sind. Er nannte dies »den Schatten integrieren«. Das fällt den meisten von uns schwer, weil wir unter der falschen Annahme leben, dass wir unsere Fehler verstecken müssen, um akzeptiert zu werden. Von Kindheit an wird uns beigebracht, unsere dunkleren Impulse zu unterdrücken, um uns anzupassen. Unsere Familien geben uns schon früh die Richtung vor, und die Gesellschaft sanktioniert uns, wenn wir nicht der Norm entsprechen, sodass wir die Seiten an uns unterdrücken, über die wir uns unsicher sind. Unser verzweifelter Versuch, Eindruck zu machen, und unser Bemühen, wichtige Teile unseres Wesens zu verbergen, bedeuten jedoch in der Regel, dass wir weite Bereiche unseres authentischen Selbst verleugnen, die der Integration bedürfen.

Jung sagte: »Ich möchte lieber ganz als gut sein.«

Das Bedürfnis, von anderen als »gut« angesehen zu werden, kann dazu führen, dass wir unsere Natur verleugnen, und das hat Auswirkungen auf unsere Kreativität. Wir könnten uns dabei ertappen, wie wir etwas kreieren, nur um der Masse zu gefallen, anstatt aufrichtigerweise das zu erschaffen, was für uns einzigartig ist. Wie bei dem Beispiel von Munchs Gemälde *Der Schrei* müssen wir unserem Schatten ins Gesicht sehen und ihn vollständig akzeptieren, bevor wir den Mut aufbringen können, ihn mit der Welt zu teilen und – was passieren kann – dem Sturm der öffentlichen Meinung die Stirn zu bieten.

Ich weiß, dass mein persönlicher Schatten aus leise vor sich hin schwelender Wut besteht. Das muss ich mir eingestehen. Er ist ein Teil von mir und sollte auch Teil der Dinge sein, die ich mache, aber ich habe immer noch die erwachsene Verantwortung, diese Wut in eine positive Richtung zu lenken. Wenn ich sie benutze, um Schwächere zu schikanieren oder meine Frustration an anderen auszulassen, um meinen Groll zu kompensieren, dann bin ich vom Weg abgekommen. Wenn ich mich

jedoch zu dem bekenne, was ich bin, zu jedem Teil von mir, und lerne, diese Wut in Treibstoff zu verwandeln, um über das Menschsein in all seiner chaotischen Komplexität zu sprechen, kann ich eine potenziell »schlechte« Eigenschaft auf gute Weise nutzen.

Nach dem Gespräch mit Vic an jenem Tag und im darauffolgenden Monat, als ich seinen Worten erlaubte, in mir zu arbeiten, änderte sich die Tonalität meiner Frustration. Ich glaube nicht, dass ich plötzlich weniger wütend war, aber ich hatte meine Wut als das erkannt, was sie war, und ich hatte herausgefunden, wo sie auf Unsicherheit und Egoismus basierte. Ich wollte immer noch wie früher die Welt ändern, aber jetzt musste ich mir eingestehen, dass meine Wut auf den schlechtesten Motiven basierte, und zugleich musste ich meine besten Absichten in die Tat umsetzen.

Meine Kirchenansprachen begannen sich im Ton zu ändern. Vor diesem Durchbruch hätte ich nicht den Mut gehabt, den Status quo in Frage zu stellen, weil ich mich meiner eigenen Wut nicht hatte stellen wollen. Ich hatte mir oft auf die Zunge gebissen, weil ich wusste, dass ich Gefahr lief, mir sonst eine Blöße zu geben. Aber jetzt, da ich mir eingestanden hatte, dass ich einen Schatten hatte, und sogar Schritte unternommen hatte, um mich mit ihm anzufreunden, konnte ich mich von den Emotionen lösen und erkennen, welchen Kampf ich in meinem Ansprechen führen musste. Ich fing an, von der Kanzel aus über unsere Irrelevanz für die moderne Welt zu sprechen, über den Hochmut unserer Homophobie, die mit Liebe rein gar nichts zu tun hatte, und darüber, wie schrecklich wir die Armen in unseren Gemeinden behandelten. Ich sprach darüber, wie wir im übertragenen und im wörtlichen Sinne höhere Mauern zu errichten schienen, um die unbequemen Wahrheiten über die Welt draußen zu halten, damit wir in unserem

engstirnigen Verein so weitermachen konnten wie bisher. Das war, wie Sie sich vorstellen können, wieder mal keine populäre Botschaft.

Eines Tages sagte mir jemand aus der Kirchenleitung, dass meine Frustration über die Institution nicht »christusgemäß« sei. Vor nicht allzu langer Zeit hätte das gereicht, mich das Weite suchen zu lassen, aber jetzt lagen die Dinge anders. Ich wusste, dass die Wut ein Teil von mir war, und dass ich sie akzeptiert hatte. Anstatt also den Rückzug anzutreten, antwortete ich, dass ich meiner Meinung nach nicht »christusähnlich« genug sei. Ich erinnerte ihn daran, dass in Passagen wie Johannes 2,14–16 beschrieben wird, dass Jesus so wütend darüber war, dass die Menschen den Tempel in einen Marktplatz verwandelt hatten, dass er alle mit einer an Ort und Stelle gefertigten Peitsche hinausjagte. Jesus wurde wütend, und das ist einer seiner Charakterzüge, über den in Predigten selten gesprochen wird. Wir stellen ihn uns stattdessen als einen Mann mit seligen Lächeln vor, der auf Bildern Lämmer umarmt. Tatsächlich spart sich Jesus in den Evangelien seine schlimmsten Beleidigungen für die religiösen Führer seiner Zeit auf, denn auch sie waren selbstgefällig und eigennützig geworden und hatten ihre Liebe und Sorge für die Menschen um sie herum verloren. Er nahm kein Blatt vor den Mund. Es schien mir also, dass ich in meiner Frustration noch nicht »christusähnlich« genug war, aber ich versprach, daran zu arbeiten.

Es gelang mir, meinen ganz persönlichen Schatten vorsichtig in mein damaliges kreatives Ventil, das öffentliche Reden, einzubauen. Ich gab den destruktiven, selbstsüchtigen, unsicheren Zügen meiner Wut keinen Raum mehr, aber ich erlaubte ihnen immer noch, die Ansprachen, die ich schrieb, zu befeuern. Ich schrie nicht. Ich war nicht unhöflich. Aber ich ließ durchblicken, was ich über das dachte, über was ich sprach. Und ich

hatte keine Angst, dass die Leute mich dafür verurteilen würden, nicht mit steinerner, stumpfsinniger Miene vor ihnen zu stehen.

Ich sollte betonen, dass es hier nicht um Selbstgefälligkeit geht. Es wäre sehr einfach, nur unsere schlimmsten Eigenschaften zu betrachten, sie nicht ändern zu wollen, und zu erwarten, dass alle anderen damit zurechtkommen – aber das wäre keine »Integration des Schattens«.

Wut ist niemals eine Entschuldigung für Gewalt.

Lust ist niemals eine Ausrede für Unzucht.

Scham ist niemals eine Ausrede für Selbstverletzungen.

Eifersucht ist niemals eine Ausrede für Gehässigkeit.

Niemand behauptet auch nur eine Minute lang, dass wir unseren niedersten Impulsen freien Lauf lassen und uns selbst und unsere Mitmenschen verletzen sollten. Ich denke, unser Leitprinzip sollte immer noch sein, »keinen Schaden anzurichten«. Es ist ein großer Unterschied, ob wir unserer eigenen Dunkelheit ehrlich ins Gesicht sehen und uns trotzdem liebevoll akzeptieren oder ob wir zulassen, dass diese dunklen Impulse in der realen Welt Schmerz verursachen, weil wir uns selbstsüchtigerweise weigern, uns zu ändern.

Es geht immer darum, den eigenen Schatten zu erkennen, ihn hin- und herzudrehen, zu analysieren, die guten Teile zu nehmen und die schlechten zu verbessern. Auf diese Weise können Sie den Teil von sich selbst erlösen, von dem Sie bisher glaubten, ihn verstecken zu müssen. Ironischerweise ist es meiner Meinung nach so, dass diejenigen, die ihren Schatten verdrängen, am Ende den meisten Schaden anrichten. Denn so wie sie sich ihr Schattenselbst nicht zu eigen machen, übernehmen sie auch keine Verantwortung für die Handlungen und destruk-

tiven Tendenzen, die dort ihren Ursprung haben. Wenn Sie sich jedoch Ihrem Schatten stellen und ihn erlösen, sind Sie sich seiner Motive bewusst, können seine Energie umlenken und durch eine umfassendere Selbsterkenntnis die volle Verantwortung für Ihre Handlungen übernehmen.

Dies ist der Prozess, um ein vielseitigerer und integrierterer Mensch und ein wirklich integrierter Künstler zu werden, der jeden Teil seiner selbst akzeptiert. Dies ist der Weg zu einem facettenreicheren Werk. Wenn wir die Teile von uns selbst, die wir zu verdrängen versuchten, in uns aufgenommen haben, werden wir mehr zu sagen haben, und unsere Botschaft wird nuancierter und facettenreicher sein, denn in ihr steckt mehr Wahrheit.

Leonard Cohen und Johnny Cash hätten viele ihrer Lieder nicht schreiben können, wenn sie sich nicht ihren Schatten gestellt hätten.

Bekennnisdichter wie Robert Lowell, Anne Sexton, Sylvia Plath und John Berryman konnten ihre Werke nur schreiben, weil sie ihrer eigenen Dunkelheit ins Gesicht sahen.

Ich glaube nicht, dass Caravaggio stundenlang an *Judith und Holofernes* oder Rubens an *Das Massaker der Unschuldigen* oder Goya an *Saturn verschlingt eines seiner Kinder* hätte arbeiten können, ohne innerlich »die Menschheit zu betrauern«.

Zum Glück haben sich alle diese großen Künstler ihren Schatten gestellt und uns Werke geschenkt, die umfassender beschreiben, was es heißt, ein Mensch zu sein.



Es sind nicht nur die Schatten in uns, sondern auch die Schatten, durch die wir gehen, die uns Stoff für unsere Arbeit liefern. Würden wir unser Leben aus der Vogelperspektive be-

trachten, sähen wir lauter Flecken aus Licht und Schatten, die unsere Geschichte ausmachen. Und so wie jedes Bild eine Mischung aus beidem braucht, muss eine interessante Geschichte sowohl aus Licht als auch aus Schatten bestehen.

Jeder von uns würde den schwierigen Momenten des eigenen Lebens lieber aus dem Weg gehen. Ich bin dann oft versucht, abzuschalten, auf Autopilot zu gehen oder meine Sinne zu vernebeln, bis es besser wird. Wenn man mir einen Knopf zum Vorspulen gäbe, mit dem ich zu dem Zeitpunkt springen könnte, an dem so eine Phase vorbei ist, wäre ich sehr versucht, ihn zu benutzen. Aber ich habe gelernt, dass den Schatten auszuweichen mich einer Gelegenheit für gutes Wachstum berauben würde.

Spirituelle Traditionen auf der ganzen Welt stimmen darin überein, dass die Zeiten in unserem Leben, in denen wir uns am tiefgreifendsten verändern und wachsen, meist die im Schatten sind. Wenn die Dinge gut laufen, können wir uns zurücklehnen, aber wenn es hart auf hart kommt, sind wir gezwungen, uns zu hinterfragen, uns anzupassen, zu verändern und über uns hinauszuwachsen. Es sind nicht die guten Zeiten in unserem Leben, die uns formen – wir wachsen an den Schwierigkeiten, denen wir uns stellen.

Wir werden in den Schatten geschmiedet.

Wir passen uns schneller an, wenn es Probleme zu lösen gibt, als wenn alles gut läuft. Wir lernen mehr aus guter Kritik als aus guten Komplimenten. Wir entwickeln uns schneller durch unsere Misserfolge als durch unsere Erfolge. Wir finden neue Kraft, wenn wir große Schmerzen erleiden. Genau wie beim Training im Fitnessstudio ist es Widerstand, der uns definiert und verfeinert.

Ich lerne also langsam, den Problemen in meinem Leben gegenüber präsenter zu sein. Ja, sie sind und werden immer schmerzhaft sein. Ich kann das nicht vermeiden, aber wenn ich mich mental aus der Situation heraushalte, verpasse ich die Lektionen, die mir diese besonders schmerzhaften Episoden vermitteln. Wenn ich in meiner Arbeit über die Vielfalt des menschlichen Daseins sprechen will, dann muss ich das menschliche Dasein auch voll und ganz leben. Und dazu gehört auch dieser aktuelle Schatten, den ich vielleicht gerade durchlebe.

Wir müssen den Mut aufbringen, dem Leben in seiner ganzen Bandbreite von Licht und Schatten gegenüberzutreten. Wie sonst sollen wir anderen das Chaos beschreiben, wenn wir uns nicht erlauben, es selbst zu erleben? Wie sollen wir auf die Ordnung verweisen, wenn wir ihre Abwesenheit nicht in ihrer ganzen Fülle erleben?

Werner Herzog, den ich in diesem Buch bereits erwähnte, ist einer meiner Lieblingsfilmemacher. Seine Filme haben einen sehr düsteren und einzigartigen Ton, der zugegebenermaßen durch seine melancholischen Voice-overs noch verstärkt wird. Während er Anfang der 1980er-Jahre im Dschungel von Peru *Fitzcarraldo* drehte, ließ er auch ein Dokumentarfilmteam hinter den Kulissen filmen. Dieses Material wurde später zusammengeschnitten und als Film *Burden of Dreams* veröffentlicht.

Das Thema des Dokumentarfilms war der Preis für den Traum, einen Film zu drehen, in dem ein Dampfschiff über einen Berg im Amazonas gezogen wird, und man sich nicht von der Idee lösen kann, dass dies wortwörtlich, mit einem Dampfschiff in Originalgröße und ohne Spezialeffekte, gedreht werden muss. Die Produktion von *Fitzcarraldo* wurde von Verletzungen, Wutausbrüchen der Schauspieler, Meutereien der Schauspieler und der Crew, extremen Wetterbedingungen und politischen Unruhen in der Region geplagt, ganz zu schweigen von dem

offensichtlichen logistischen Albtraum, ein echtes Dampfschiff über einen sehr realen Berg zu schleppen. Aber der Teil des Dokumentarfilms, der für mich herausstach, war ein kurzer Monolog, den Herzog hält, während er allein im Dschungel steht. Man sieht Aufnahmen von Blumen, Fröschen und Insekten, die ihrem Leben nachgehen, begleitet von den Rufen der exotischen Vögel in den Bäumen. Es wirkt und klingt so malerisch und friedlich, dass man doch ziemlich überrascht ist, wenn Herzog zu sprechen beginnt und Folgendes sagt:

*Wenn wir uns genau ansehen, was uns umgibt, gibt es eine Art von Harmonie. Es ist die Harmonie des überwältigenden und kollektiven Mordens. Und wir im Vergleich zu der ausgesprochenen Bössartigkeit und Niedertracht und Obszönität dieses ganzen Dschungels, wir klingen und sehen nur aus wie schlecht ausgesprochene und halbfertige Sätze aus einem dummen Vorstadtroman, und wir müssen demütig werden vor diesem überwältigenden Elend und der überwältigenden Unzucht und dem überwältigenden Wachstum und der überwältigenden Unordnung. Selbst die Sterne, die am Himmel erscheinen, sehen wie ein Durcheinander aus. Es gibt keine Harmonie im Universum. Wir müssen uns mit dem Gedanken vertraut machen, dass es keine Harmonie gibt, wie wir sie uns vorgestellt haben. Aber wenn ich das sage, dann sage ich das voller Bewunderung für den Dschungel. Es ist nicht so, dass ich ihn hasse, ich liebe ihn. Ich liebe ihn sehr. Aber ich liebe ihn gegen mein besseres Wissen.*

Ich denke, Sie werden mir zustimmen, dass dies Welten entfernt ist von der wohlklingenden Intonation und positiven Wirkung von Sir David Attenboroughs Voice-overs, wenn er über dieselbe Natur spricht. Herzogs Arbeit ist wahrschein-

lich nicht jedermanns Sache, aber ich finde seine Sichtweise so reichhaltig, so unerwartet, so ungewöhnlich, so bilderstürmerisch, dass sie mich zum Aufhorchen zwingt und mir ein viel farbenfroheres und nuancierteres Bild des Lebens in seinem ganzen Spektrum vermittelt.

Ich sage Ihnen das, weil, wenn man von Herzogs Kindheit und den Schatten, durch die er gehen musste, erfährt, sein unbeeirrter Blick auf die Komplexität des Lebens sehr viel mehr Sinn ergibt.

Er wurde in den ersten Jahren des Zweiten Weltkriegs geboren und floh mit seiner Mutter in die Berge, nachdem eine alliierte Bombe ihr Nachbarhaus in München getroffen hatte. Nach Herzogs Schilderung musste sie seinen winzigen Körper unter einem Haufen von Glas und Schutt hervorziehen, und das war der Tropfen, der für seine Mutter das Fass zum Überlaufen brachte. Sie zog mit ihrer Familie in das winzige bayerische Bergdorf Sachrang, das, wie sie hoffte, sicherer sein würde, bis der Krieg vorbei war. Sie hatten kein fließendes Wasser, keine Toilette mit Wasserspülung und kein Telefon. Als Kind hatte Herzog kein Spielzeug, aber er schien sich nicht in seinem Unglück zu suhlen, sondern sich an der glücklichen Anarchie zu erfreuen, die die Kinder in der Gemeinde in Abwesenheit ihrer Väter erlebten, die alle in den Krieg gezogen waren.

Als der Krieg zu Ende ging, durchlebte er eine der trostlosesten Epochen Deutschlands mit weit verbreiteter Armut und wirtschaftlicher Not. Er erinnert sich sogar daran, dass die Menschen so verzweifelt nach Lebensmitteln suchten, dass sie die Tapeten von den Wänden lösten, um den Kleister dahinter zu essen, weil er angeblich etwas Nährwert hatte. Im Alter von zwölf Jahren zog er zurück nach München, aber das Land erholte sich nur langsam. Seinen ersten Telefonanruf tätigte er erst mit 17 Jahren, aber dank seines unermüdlichen Einsatzes

und dank seiner Entschlossenheit – er arbeitete nachts als Schweißer in einem Stahlwerk, um Geld zu verdienen – begann er nur zwei Jahre später mit der Produktion seines ersten Spielfilms.

Herzog ist ein Mann, der mit Leid und Entbehrungen vertraut ist, und er hat diese Erfahrungen in seine Arbeit einfließen lassen. Ihm zu sagen, er solle einfach »positiver denken«, wäre lächerlich und beleidigend. Er kennt das Leben in all seiner Freude und seinem Schmerz, und diese nuancierte Weltansicht kommt in allem, was er macht, zum Vorschein. Und als jemand, der des oft erzwungenen Positivismus in vielen Filmen und Medien überdrüssig ist, finde ich seinen Ansatz zutiefst fesselnd und erschütternd ehrlich. Es sind diese dunklen und schmerzhaften Abschnitte in seinem Leben, die seine Sichtweise zweifellos so geprägt haben, dass er heute einige der interessantesten und anspruchsvollsten Dokumentarfilme macht, die es gibt. Natürlich haben auch Werke ihren Platz, die sich ausschließlich auf die Freuden des Lebens konzentrieren. Aber wir brauchen auch ein Gleichgewicht, sonst laufen wir Gefahr, zuckersüße und blutleere Kunst zu schaffen, die die Komplexität und Vielfalt des wahren Lebens nicht einfängt.

Einige der fesselndsten Kunstwerke kommen von Künstlern, die eine dunkle Zeit in ihrem Leben durchleben und beschreiben.

Wie viele Lieder wurden über gebrochene Herzen nach dem Ende einer Beziehung geschrieben? Das gelingt einem nur, wenn man sich nicht dem Schmerz verschließt. Songwriter, die uns in ihren Herzscherz mitnehmen, laden uns ein, mit ihnen durch die Schatten zu gehen, wenn auch nur für drei Minuten. Wenn wir ihre Songs hören und erkennen, dass diese aus einem wirklich gebrochenen Herzen kommen, können sie uns

über unseren eigenen Herzschmerz hinwegtrösten. Denn dann wissen wir, dass dies Millionen von anderen vor uns passiert ist und sie es geschafft haben, also können wir es auch.

Der Blues als Musikgenre entstand aus dem Schmerz der Sklaverei, als ein Volk in seinem kollektiven Schmerz aufschrie. Die Feldarbeiter im tiefen Süden der Vereinigten Staaten nahmen ihre traditionelle afrikanische Musik und kombinierten sie mit ihren am Tag gesungenen Arbeitsliedern und ihren nachts gesungenen Spirituals, um eine neue Musikkategorie zu schaffen, aus der sich andere Genres wie Jazz und R & B und viele Elemente von Rock, Pop, Dance, Funk, Hip-Hop und Soul entwickeln sollten. Ein großer Teil unserer modernen Musik ist den Künstlern zu verdanken, die es geschafft haben, aus den Schatten ihres Lebens heraus etwas zu schaffen.

Große Künstler lernen, ihren Schmerz zu leben, weil sie wissen, dass er ihre Arbeit bereichern wird. Wenn sie ihre Erfahrungen durch Pinsel und Federstrich, durch Klaviertasten und Stimmbänder schicken, sind sie ihrer Notlage gegenüber so präsent wie ein roher Nerv. Was würde es bedeuten, die schwierigsten Phasen Ihres Weges auszuloten und uns durch Ihre Arbeit zu sagen, was Sie aus ihnen gelernt haben?

Wenn wir durch diese Schatten gehen, können wir leicht von überwältigenden Emotionen in die Knie gezwungen werden und einfach zumachen. Aber was wäre, wenn wir in diesen Momenten unsere Perspektive ein wenig weiter fassten, um den Lauf unseres gesamten Lebens zu sehen und uns an das große Ganze zu erinnern, das wir erschaffen? Denken Sie daran, dass es für ein gutes Bild sowohl Licht als auch Schatten braucht. Der Schatten, mit dem wir ringen, ist also nicht die ganze Geschichte und auch nicht das Ende – er ist nur ein winziger Teil der Geschichte, die wir erzählen. So hart sich eine solche Phase anfühlen mag und so schwer sie zu ertragen

ist, wenn wir auf sie zurückblicken, werden wir wahrscheinlich dankbar sein für die Wendung, die sie unserem Leben verliehen hat, und für die Person, zu der sie uns gemacht hat. Diese Perspektive wird die schwierigen Zeiten, wenn sie kommen, wahrscheinlich nicht leichter machen, aber hoffentlich wird der Blick auf das große Ganze, das Sie mit Ihrem Leben schaffen, Ihnen helfen, dafür offen zu bleiben, aus diesen schwierigen Zeiten zu lernen und den Mut aufzubringen, sie hinter sich zu bringen. Wir brauchen Schatten, um eine gute Geschichte zu leben, aber so wichtig diese Schatten auch sind, ihr Zweck ist immer, uns das Licht zu zeigen.



Wissenschaftler haben eine Reihe von Studien durchgeführt, um herauszufinden, wovon sich Menschen in einem bestimmten Bild angezogen fühlen.

Indem sie eine spezielle Brille einsetzen, die die Augenbewegungen einer Testperson verfolgt, können sie sogenannte »Heat-maps« erstellen, die zeigen, auf welchen Bereichen das menschliche Auge beim Betrachten eines bestimmten Fotos am längsten verweilt. Als Fotograf finde ich diese Informationen unglaublich nützlich, denn sie helfen mir, die Elemente in einem Bild bewusster anzuordnen und so zu komponieren, dass ich den Betrachter wie beabsichtigt durch das Bild führen kann. Ich kann mit Hilfe der Psychologie vorhersagen, wie jemand meine Arbeit wahrnimmt und welchen Weg seine Augenbewegungen wahrscheinlich nehmen werden.

Wissenschaftler haben herausgefunden, dass Menschen im Allgemeinen die meiste Zeit auf die gesättigste Farbe, den kontrastreichsten Bereich, auf menschliche Gesichter und vor allem auf den hellsten Teil des Bildes schauen.

Diese letzte Erkenntnis ist für mich besonders interessant. Sie deutet darauf hin, dass im menschlichen Gehirn etwas fest verdrahtet ist, das immer nach Licht sucht. Als Porträtfotograf habe ich gelernt, dass ich meinem Hintergrund besondere Aufmerksamkeit schenken muss. Es hat keinen Sinn, ein Porträt aufzunehmen, bei dem das Gesicht der Person nur schwach beleuchtet, der Hintergrund aber mit störenden Lichtern übersät ist. Die Tatsache, dass wir uns unwillkürlich zum menschlichen Gesicht hingezogen fühlen, weil wir sein Muster erkennen, wird in diesem Fall durch die menschliche Angewohnheit, zum Licht zu schauen, übertrumpft. Ich will damit nicht sagen, dass Porträts immer vor einem dunklen Hintergrund aufgenommen werden sollten, aber bei einem hellen und belebten Hintergrund besteht die Gefahr, dass der Blick des Betrachters länger hinter die Person und um die Person herum wandert, als einem lieb sein kann. Das Verständnis der Psychologie hilft mir hier, stärkere Bilder zu machen.

Bei meinen Standardporträts möchte ich, dass das Gesicht hell ist. Ich würde das Gesicht einer Person nur dann vor einem hellen Hintergrund in Dunkelheit verstecken, wenn es dafür besondere kreative Gründe gäbe.

Ich möchte vor allem, dass die Augen voller Licht sind, damit sie den Betrachter anziehen. Bei der Auleuchtung meiner Modelle achte ich nicht nur sehr darauf, dass das Licht die untere Iris durchflutet, um ihre Farbe hervorzuheben, sondern auch darauf, dass es in der oberen Augenhälfte ein Catchlight gibt, das das Auge lebendiger macht.

So sehr wir Schatten für gute Bilder brauchen (und ich liebe schattenreiche Porträts), brauchen wir auch die Lichtpunkte, die das Auge des Betrachters anziehen. Wie ich bereits im Kapitel »Logos« schrieb, schuf Rembrandt einige der fesselndsten Porträts der Kunstgeschichte. Obwohl er Schatten sehr schätz-

te und die meisten seiner Gemälde in dunklen und gedämpften Tönen hielt, war er auch sehr darauf bedacht, das Gesicht zu einem der hellsten Elemente in jedem Bild zu machen, indem er oft einen frechen Punkt fast weißer Farbe in den Augenwinkel seines Modells setzte. Es gibt nur wenige Künstler, die dieses Gestalten mit Schatten zur Betonung des Lichts noch besser umzusetzen wussten.



Wenn wir alle Schatten haben, denen wir uns stellen und die wir integrieren müssen, dann haben wir auch Licht in uns, das wir feiern und mit anderen teilen müssen.

Eines meiner größten Kritikpunkte an der institutionellen Kirche war das theologische Konzept der »Ersünde«, das schon seit dem dritten Jahrhundert als Wahrheit verkauft wird. Diese verdrehte Vorstellung besagt, dass wir alle böse, schlecht, korrupt und verdorben geboren werden und dass die Menschen von der ersten Minute ihres schmutzigen Daseins an gerettet werden müssen. Diese Vorstellung findet sich nicht nur nicht in der Heiligen Schrift, sondern sie wurde meiner Meinung nach als manipulativer Mechanismus erfunden, um die Menschen dazu zu bringen, ihre eigene Dunkelheit zu fürchten und sich an die Kirche zu klammern. Es war in Wirklichkeit nur eine alte Formel, die sich in modernen Marketingstrategien verbirgt, die uns suggerieren: »Du bist fehlerhaft und unzulänglich, aber fürchte dich nicht, wir haben dieses Ding, das dich ganz machen wird«.

Wie viel Schaden hat dieses korrupte Konzept angerichtet, insbesondere in der Psyche westlicher Menschen, die jahrhundertlang unter diesem abwegigen Glauben gelebt haben? Vielleicht haben Sie selbst noch nie eine Kirche betreten, aber ich garantiere Ihnen, dass Varianten dieser Vorstellung in Ihr Den-

ken und Ihr Selbstbild eingesickert sind, weil diese vielgestaltige Lüge in unserer Kultur so breit Fuß gefasst hat. Auch wir selbst denken von uns, wir seien tief ins uns lüstern, verdorben und unwürdig, erlöst zu werden. Ich denke, das erklärt, warum wir uns so schnell selbst abwerten und warum unser Selbstwertgefühl in der heutigen Zeit auf einem historischen Tiefpunkt angelangt ist.

Wir müssen dieser Vorstellung den Boden entziehen und damit anfangen, das Leben und das kosmische Glück unserer Existenz selbst wertzuschätzen. Wir müssen wieder dazu zurückkehren, das Wunder unseres gemeinsamen wie auch unseres individuellen Lebens zu feiern. Sie wurden als guter Mensch geboren, als reines Licht im Kampf gegen die Dunkelheit, als ein Akt der Ordnung, der dem Chaos trotzt. Ihr eigenes Licht zu erkennen, ist die erste Aufgabe, denn Sie können es nicht mit anderen teilen, wenn Sie es nicht sehen, und Sie werden es nicht in anderen schätzen können, wenn Sie es nicht zuerst in sich selbst erkennen.

Fast hätte ich all das beim Schreiben dieses Buches übersprungen, aber ich möchte nicht als selbstverständlich voraussetzen, dass Sie wissen, dass Sie gut sind. Wir konzentrieren uns so oft auf unsere Fehler und Misserfolge und lassen zu, dass unsere Schatten uns überwältigen. Der Vorstellung, dass wir irgendeinem Ideal nicht entsprechen, geben wir soviel emotionales Gewicht, dass wir vergessen, uns an dem Guten zu erfreuen, das wir tief in uns haben. Wir alle haben Dinge, die wir in unserem Inneren in Ordnung bringen müssen, aber die Tatsache bleibt, dass das Leben ein Wunder ist, und dass Sie dieses Leben sind. Ihre bloße Existenz und alles Leben um Sie herum ist das Licht, das gefeiert werden muss, und das Ziel in unserer Arbeit sollte es immer sein, auf dieses Licht zu zeigen.

Es ist die Beinahe-Verzückung beim Crescendo einer Symphonie, die von einem erfahrenen Orchester gespielt wird, die uns die Größe des Lebens spüren lässt, ohne dass wir etwas von Musik verstehen müssen.

Es ist die Landschaft von Turner in ihrer fast formlosen Farbenpracht, die es uns ermöglicht, selbst an einem knackig kalten Tag in der Wärme eines Sonnenuntergangs zu baden.

Es sind die hoch aufragenden Werke der Architektur, die uns eine Mischung aus Ehrfurcht und Hoffnung vermitteln – von den steinernen Säulenwäldern der großen Kathedralen bis zum geflügelten Phönix, der sich nun triumphierend aus dem World Trade Center Transportation Hub erhebt.

Es ist das kindliche Staunen eines Publikums, das sich in die Hände eines Straßenzaubers begeben hat, der es von der Ordnung jenseits der bekannten Ordnung und von all den Geheimnissen träumen lässt, die es noch zu entdecken gibt.

Es sind die fließenden Marmorwellen der antiken und mittelalterlichen Bildhauer, die uns dazu bewegen, die Schönheit und Sinnlichkeit der menschlichen Gestalt in aller Stille zu feiern.

Es ist der Koch, der nicht nur kulinarische Spitzenleistungen erbringt, sondern uns auch an mütterliche Liebe und Fürsorge denken lässt, wenn er uns eine Mahlzeit zubereitet.

Es ist das Funkeln in den Augen von Rembrandts Porträtierten inmitten eines Meeres von Dunkelheit, das von der Widerstandsfähigkeit und dem Glanz des Lebens flüstert.



Auch auf unserem eigenen Weg ist es wichtig, am Licht festzuhalten, um unsere Motivation zu bewahren. So wichtig es auch ist, in den Schattenphasen unseres Lebens präsent zu

sein – wenn wir uns zu lange in der Dunkelheit suhlen, werden wir immer wieder ins Stocken geraten. Wir müssen auch in den Lichtphasen präsent sein, um ein Gleichgewicht zu schaffen.

Wenn Sie sich die Arbeit großer Filmemacher ansehen, werden Sie feststellen, dass diese immer hart daran arbeiten, ihre Lichter zu schützen. Eine durchschnittliche Kamera ist nicht annähernd in der Lage, die gleiche Bandbreite an Farbtönen wie das menschliche Auge aufzulösen, sodass Filmemacher eine Entscheidung treffen müssen, welches Ende des begrenzten Dynamikbereichs einer Kamera sie loslassen. Man könnte sich dafür entscheiden, die Lichter zu übertreiben und einige Details in den Schatten hervorzuheben, aber die große Mehrheit der Kameraleute lehnt das ab. Die meisten entscheiden sich dafür, »die Schatten zu umarmen« und »die Lichter zu schützen«. Man erkennt Amateurfilmer oft daran, dass sie noch nicht gelernt haben, wie sie bei Tageslichtaufnahmen die Details im Himmel hinter ihren Motiven bewahren. Das gilt besonders für Aufnahmen mit modernen Digitalkameras, denn wenn man die Lichter über einen bestimmten Punkt hinausgehen lässt, sammelt der Sensor in diesen Bereichen keine Informationen mehr. Er gibt einfach auf und erzeugt ein Feld leerer weißer Pixel, in dem keine Details mehr wiederhergestellt werden können, ganz gleich, welche digitalen Tricks man in der Nachbearbeitung anwendet. Moderne Fotografen und Filmemacher wissen also, wie sehr sie darauf achten müssen, dass ihre Lichter nicht überstrahlen.

Die Idee, »meine Schatten zu umarmen« und »meine Lichter zu schützen«, ist für mich zu einer Lebensphilosophie geworden. Ersteres haben wir bereits behandelt, aber lassen Sie mich noch kurz auf Letzteres eingehen.

Psychologen wissen seit Langem, dass der menschliche Verstand eine Neigung zur Negativität hat. Das bedeutet, dass sich negative Ideen, Gedanken und Gefühle viel leichter in unser Gedächtnis einprägen als positive. Der Grund dafür ist ein einfacher evolutionärer. Als wir noch als schutzlose Tiere auf diesem Planeten lebten, ohne die Vorteile unserer Technologien, die uns Sicherheit gewähren, mussten wir uns ständig möglicher Gefahren bewusst sein. Unsere Gehirne entwickelten sich so, dass jeder positive Gedanke außer Kraft gesetzt und jeder Tagtraum sofort abgebrochen werden konnte, wenn wir plötzlich bemerkten, dass sich durch das hohe Gras ein Löwe heranpirschte. In diesem Moment ging es nur noch darum, die Gefahr zu erkennen und die Flucht zu planen. Das bedeutete, dass sich unsere Gehirne zu »Krisenerkennern« und »Problemlösungsmaschinen« entwickelten, und das hat uns evolutionär gesehen gute Dienste geleistet.

Die guten Dinge im Leben erfordern jedoch in der Regel kein so unmittelbares Handeln und keine geistige Präsenz. So kann eine gute Ernte und der Impuls, sie zu feiern, sofort überlagert werden, wenn wir feststellen, dass der Nachbarstamm angreift und wir uns verteidigen müssen. Und selbst wenn das nicht passiert, machen wir uns vielleicht immer noch Sorgen, dass es in naher Zukunft passieren könnte, was uns daran hindert, im Jetzt zu feiern. Neurologisch gesehen kann das Negative immer das Positive beeinträchtigen, aber das Positive kann nicht das Negative überwinden, zumindest nicht ohne größere Anstrengung.

Der Psychologe Rick Hanson entwickelte das Klettverschluss/Teflon-Konzept, um dies besser zu erklären. Er geht davon aus, dass sich negative Gedanken wie ein Klettverschluss in unser Gedächtnis einprägen. Es handelt sich um eine sofortige Verbindung, die sich oft nur schwer ändern lässt. Die positiven

Gedanken hingegen sind wie Teflon: Sie prägen sich nicht auf die gleiche Weise ein wie negative Gedanken und gleiten oft direkt aus unserem Bewusstsein. Als Abhilfe schlägt Hanson vor, dass wir jetzt, da wir die Negativität unseres Gehirns verstehen, bewusster darauf achten müssen, positiven Gedanken die gleiche Chance zu geben, sich einzuprägen, und das erfordert eine bewusste Entscheidung. Er schlägt vor, dass wir, wenn wir einen positiven Gedanken haben, diesen bewusst 20 Sekunden lang in unserem Kopf behalten sollten, um ihm die gleiche Chance zu geben, sich neutral zu verankern wie die negativen Gedanken. Diese Praxis wird uns ein gewisses Gleichgewicht bringen.

Für uns und unseren Weg bedeutet das, dass wir Erfolge so oft wie möglich feiern sollten. Für uns als Künstler heißt das, dass wir uns sofort für unsere Fortschritte loben oder das besondere Projekt feiern sollten, das wir gerade abgeschlossen haben. Unser Problem ist, dass die meisten von uns geistige Zeitreisende sind, die es vorziehen, Gefühle wie Bedauern zu nähren, um der Vergangenheit nachzuhängen, oder die lieber Gefühle wie Sorgen pflegen, um immer in der Zukunft zu sein. Das Problem dabei ist, dass wir dabei das Licht im jeweiligen Jetzt völlig aus den Augen verlieren. Wenn wir uns nur in den mentalen Räumen der Vergangenheit und Zukunft aufhalten, anstatt das zu sehen, was vor unseren Augen liegt, dann können wir nicht von den guten Zeiten zehren, die wir heute erleben.

Der Trick bei all dem ist, ein Gleichgewicht zu finden. Wir müssen lernen, voll und ganz im Grenzbereich zu leben – dem verwirrenden, komplizierten und oft unbequemen Raum zwischen Vergangenheit und Zukunft und zwischen Licht und Dunkelheit, in dem alles Leben existiert und in dem die besten Bilder entstehen.

Wir müssen »unsere Schatten umarmen«, sowohl die, durch die wir gehen, als auch die in uns selbst. Wir müssen alles, was sie uns lehren können, in uns aufnehmen und sie nutzen, um das Licht in unserer Arbeit zu formen und ihm Gestalt zu geben.

Das habe ich mit diesem Buch getan. Ich habe mich nicht davor gescheut, über die Schatten zu sprechen. Ich habe mich mit »negativen« Themen wie Neid, unserem Bedürfnis nach Aufmerksamkeit, unserem gewohnheitsmäßigen Streben nach Kontrolle und den schlimmsten Impulsen unseres Egos befasst. Aber ich weiß, dass wir uns durch die Ehrlichkeit, mit der wir über unser Ringen sprechen, vielleicht eher ermutigt fühlen, gemeinsam nach dem Licht zu greifen. Ich wollte kein Buch voller positiver Plattitüden und kühlstrankmagnet-tauglicher Sprüche schreiben, denn wenn es Ihnen wie mir geht, hilft zu viel leere Positivität nicht weiter. Ich muss meine Philosophie in der hellen und dunklen Realität der Existenz verankern, um sie zu glauben, und das bedeutet, dass ich über die Schatten ebenso wie über das Licht, über das Chaos ebenso wie über die Ordnung sprechen muss.

Aber wir müssen auch »unsere Lichter schützen«, sowohl die in uns als auch die, durch die wir gehen. Wir müssen uns an unseren eigenen Wert erinnern und das Licht des Lebens in jedem Moment genießen, damit wir diesen feierlichen Ton in unserer Arbeit anschlagen und andere einladen können, in den Refrain einzustimmen.

# *Bedeutung*

Vor etwa fünf Jahren saß ich an Heiligabend in einem großen Londoner Büro an meinem Schreibtisch und starrte träumend aus dem Fenster. Ich arbeitete immer über die Feiertage, weil mich mit dieser Zeit des Jahres nie viel verband. Ich hatte nichts gegen die paar Überstunden, wenn dafür andere Kollegen ein paar Tage Urlaub machen und ihre Lieben besuchen konnten. Außerdem mochte ich die leeren Züge auf dem Weg zur Arbeit und wie ruhig es im Büro war.

Dieses Büro gehörte einem Unternehmen, das Produkte online verkaufte, und man hatte mich als Leiter der Abteilung Fotografie eingestellt. Nachdem ich jahrelang als Freiberufler unterwegs gewesen war, waren diese Vollzeitstelle und die damit verbundene finanzielle Stabilität eine willkommene Erleichterung.

Meine Fotografie begann jedoch darunter zu leiden.

Als ich vor über zehn Jahren meine Karriere als Fotograf begonnen hatte, war ich davon ausgegangen, dass ich mich eine Zeit lang mit einfachen, sich wiederholenden fotografischen Jobs würde durchschlagen müssen. Dabei hatte ich naiverweise geglaubt, dass ich meinen Erfindungsreichtum und meine Fantasie entfesseln könnte, wenn ich erst eine bestimmte Ebene erreicht hätte (z. B. wenn ich »Leiter der Abteilung Fotografie« in einer großen Firma wäre). Nachdem ich jahrelang als Freiberufler gearbeitet und um Aufträge gekämpft hatte, war ich auf der Suche nach einer Oase: einer Aufgabe, die mich kreativ erfüllte, mit der ich aber auch meinen Lebensunterhalt bestreiten konnte. Ich hatte gehofft, dass diese neue Aufgabe genau das sein würde, aber es stellte sich heraus, dass dies ein Trugschluss war.

Tatsächlich hatte ich keine wirkliche Kontrolle über die Art und Weise, wie ich für diese Firma fotografierte. Ihr Bildstil war schon vor langer Zeit festgelegt worden, und man hatte

mir erst kürzlich klargemacht, dass es keinen Raum für Innovationen gab. Letztendlich war es meine Aufgabe, dem Unternehmen und den Aktionären mit meiner Kamera zu dienen, und ich musste der Tatsache ins Auge sehen, dass dies meine Kreativität stagnieren ließ. Ich hatte gewusst, worauf ich mich einlassen würde, es stand ja alles in meinem Arbeitsvertrag.

Die Tatsache, dass meine Fotografie litt, war allein meine Schuld. Ich hatte völlig aus den Augen verloren, warum ich überhaupt angefangen hatte zu fotografieren. Die Kamera war zu einem Werkzeug geworden, mit dem ich während meiner Arbeitszeit Geld verdienen konnte – und ich hatte vergessen, wieviel Freude es mir gemacht hatte, mich mit ihr auszudrücken. Als ich mir das eingestand, wurde mir klar, wie sehr mich meine Arbeit mit Beschlag belegt hatte. Ich hatte schon seit Ewigkeiten nicht mehr mit einer Kamera experimentiert, gespielt und etwas für mich gemacht. Als ich an meinem mit Lametta geschmückten Schreibtisch inmitten dieser verlassenen Büroetage saß, an meinem Kaffee nippte, meine E-Mails ignorierte und aus dem Fenster auf die Last-Minute-Weihnachtseinkäufer starrte, schoss mir eine Frage durch den Kopf.

Was sollte Fotografie für mich bedeuten, über meinen Brotjob hinaus? Ich wusste, dass es mir nicht genug bedeutete, Bilder von Produkten zu machen, damit Menschen Dinge auf Websites kaufen. Mein Streben nach Kreativität verlangte nach mehr, und ich wusste, dass ich daran jenseits meines Haupterwerbs würde arbeiten müssen.

Der Mensch ist eine »Sinn-Maschine«. Wir sehnen uns nach einem Sinn in unserem Leben.

In Viktor E. Frankls bahnbrechendem Buch *Der Mensch auf der Suche nach dem Sinn* berichtet er über seine traumatischen Erfahrungen in den deutschen Konzentrationslagern während des Zweiten Weltkriegs. Er erzählt die Geschichten

derjenigen, die die Schrecken dieser Lager überlebten, und derjenigen, die es nicht schafften. Abgesehen von den offensichtlichen Gründen, warum die Menschen diese Lager nicht überlebten, beobachtete er auch, dass viele seiner Lagerinsassen einfach starben, weil sie keine Hoffnung mehr hatten. Er erzählt uns auch die Geschichten derjenigen, die nicht aufgaben und beharrlich weitermachten. Als Therapeut stellte er die Theorie auf, dass diejenigen, denen es gelang, trotz des Grauens und des Chaos einen Sinn für sich zu finden, ihren Mut und ihren Lebenswillen bewahrten. Er vertrat sogar die kühne These, dass jeder Schmerz und jede Not in unserer menschlichen Existenz überwunden werden kann, wenn wir darin einen Sinn finden. An einer Stelle sagt er: »Diejenigen, die ein ›Warum‹ zum Leben haben, können fast jedes ›Wie‹ ertragen«, und das von einem Mann, der eines der grausamsten »Wie's« ertragen hatte, die ein Mensch im vergangenen Jahrhundert durchleben musste.

Ob wir nun mitten im Licht stehen oder durch die Schatten gehen, der Mensch braucht einen Sinn. Und wenn der Sinn in einigen Bereichen unseres Lebens nicht offensichtlich ist, insbesondere in unserer Arbeit als Schaffende, kommen wir wahrscheinlich an einen Punkt wie ich an jenem Weihnachtsabend: Wir haben eine Menge kreativer Fähigkeiten in dem von uns gewählten künstlerischen Bereich entwickelt und fragen uns nun, welchen Sinn das alles hat. Wofür sollen wir diese neu entwickelte kreative Stimme einsetzen? Welcher Sinn steckt darin, ein versierter Pianist, Maler oder Dichter zu sein? Geht es nur darum, berühmt zu werden oder Geld zu verdienen, oder steckt da noch mehr hinter? Natürlich ist es nicht verkehrt, nach Ruhm oder Reichtum an sich zu streben, aber für die meisten von uns ergibt das allein noch keinen »Sinn«. Sinn im Schaffen zu finden ist etwas mehr, und wenn wir diesen Sinn für uns selbst entdecken, wird er für uns alle ein unerschöpf-

licher Quell von Lebenskraft, Motivation und Zielorientiertheit sein, egal wer wir sind oder wo wir uns auf unserem Weg befinden.

Wie finden wir also den Sinn in unserem Tun?

Schon seit meiner Zeit in der Kirche lasse ich mich von einem Zitat von Frederick Büchner leiten. Auch wenn ich heute weniger kirchlich orientiert bin, glaube ich, dass es für uns, die wir auf der Suche nach einem Sinn sind, eine tiefe Wahrheit in sich trägt:

*Der Ort, an den Gott dich ruft, ist der Ort, an dem deine tiefe Freude und der tiefe Hunger der Welt aufeinander treffen.*



Beginnen wir mit Ihrer »tiefen Freude«.

Ich gehe erst einmal nicht davon aus, dass Sie selbst wissen, was das ist. Aber da Sie dieses Buch in die Hand genommen haben, üben Sie vermutlich eine bestimmte kreative Tätigkeit aus oder praktizieren vielleicht mehrere Kunstformen, die Ihnen Freude bereiten.

Vielleicht sind Sie sich aber auch noch nicht sicher, weil Sie noch auf Entdeckungsreise sind. Sie wissen, dass Ihnen das Gestalten von Dingen im Allgemeinen Freude bereitet, und vielleicht haben Sie sich in einigen künstlerischen Formen versucht, aber Sie haben sich noch nicht entschieden, worauf Sie sich konzentrieren wollen.

Oder vielleicht haben Sie bereits eine bestimmte kreative Tätigkeit gefunden, aber Sie haben Schwierigkeiten, dort Ihren Schwerpunkt zu finden. Vielleicht haben Sie sich zum Beispiel in die Fotografie verliebt und ein bisschen von allem auspro-

biert, aber Sie sind sich nicht sicher, ob Sie sich auf die Entwicklung Ihrer Landschaftsfotografie oder Ihrer Streetfotografie konzentrieren sollen.

Wenn Ihre »tiefe Freude« mindestens die Hälfte Ihrer Motivation ausmacht, um nach dem Sinn in Ihrer Arbeit zu suchen, dann sollten Sie herausfinden, was Ihnen die meiste Freude und Erfüllung bringt. Professor Joseph Campbell nannte dies »seiner Glückseligkeit folgen«.

Campbells besonderes »Glück« war das Studium der Mythen, Religionen und Geschichten, die von Menschen auf der ganzen Welt erzählt werden. Er machte es sich zur Lebensaufgabe, diese Mythen zu katalogisieren und in seinem umfangreichen Werk *Die Masken Gottes* zusammenzufassen. Anschließend untersuchte er in seinem Buch *Der Heros in tausend Gestalten* die Gemeinsamkeiten der von uns erzählten Geschichten. Er glaubte, dass wir durch ihr Studium Muster erkennen und sogar einen »Monomythos« oder eine Schablone für alle Mythen finden können. Diese würde uns dann viel darüber verraten, was wir als Gemeinschaft über den Weg des Menschen immer schon intuitiv wussten – jenseits einer spezifischen Epoche oder des kulturellen Ortes unserer Geburt.

Campbell interessierte sich besonders für »Heldengeschichten«, denn er behauptete, dass diese unsere Vorstellungen von einem sinnvollen Leben abbildeten. Campbells Modell der »Heldenreise« wird seit seinem Aufkommen gezielt im Storytelling eingesetzt – vor allem von Hollywood-Drehbuchautoren. Etwas an dieser der »Heldenreise« innewohnenden Struktur spricht uns an. Die sehr einfache Version geht in etwa so:

Es kommt zu einem auslösenden Ereignis, und der Status quo gerät aus dem Gleichgewicht. Chaos bricht aus.

Der Held ist dann gezwungen, die relative Sicherheit seines Zuhauses zu verlassen, um zu versuchen, das Gleichgewicht wiederherzustellen.

Der Held begibt sich auf eine Reise, auf der er Mentoren begegnet, die ihm Ratschläge erteilen, und Gefährten, die ihm bei der Bewältigung der anstehenden Aufgaben mit ihren Gaben zur Seite stehen.

Der Held durchläuft dann eine Reihe von Prüfungen und Versuchungen, bis er sich der letzten Herausforderung stellt.

Im Kampf gegen den letzten Gegner erkennt der Held auch, dass er gegen einen Teil von sich selbst kämpfen muss, um das Chaos zu überwinden und die Ordnung wiederherzustellen.

Als sich der Staub gelegt hat, stellt der Held fest, dass die letzte Prüfung ihn unwiderruflich verändert hat.

Am Ende der meisten Heldengeschichten kehrt der Held nach Hause zurück, um der Gemeinschaft ein Geschenk oder einen »Segen« zu bringen. Bei dem Geschenk kann es sich um etwas Totemistisches handeln, oder aber um die Gabe seiner selbst, nachdem er durch die Schatten seiner Reise geläutert worden ist.

Diese Elemente sind allen Geschichten gemein, die wir erzählen, und Campbell war vor allem daran interessiert, was uns dies über uns selbst sagen könnte. Er war besessen von dieser Metanarrative, diesem »Monomythos«. Er glaubte, dass wir durch das Verstehen der Geschichten, die wir miteinander teilen, besser begreifen, wie wir für unseren eigenen Weg einen Sinn und Zweck finden. Er schlug vor, dass der Schlüssel für den Anfang darin bestünde, »seiner Glückseligkeit zu folgen« – das würde der Kompass sein, der uns die Richtung weist.

1988, etwa sechs Monate nach Campbells Tod, strahlte PBS ein sechsteiliges Interview mit ihm und Bill Moyers aus. In Teil vier spricht Campbell über »Glückseligkeit« und sagt:

*Wenn Sie Ihrem Glück folgen, begeben Sie sich auf einen Weg, der immer schon da war und auf Sie gewartet hat, und das Leben, das Sie leben sollen, ist das, das Sie gerade leben ... Folgen Sie Ihrem Glück und haben Sie keine Angst, und es werden sich Türen öffnen, von denen Sie nicht wussten, dass sie da sind.*

Ich weiß, dass das für manche ein wenig sentimental klingt, aber ich glaube daran. Wenn wir akzeptieren, dass jeder von uns einzigartig konstruiert ist, dann sind unsere individuellen Freuden in uns fest verdrahtet, genau wie unsere individuellen Persönlichkeiten und Eigenarten – und diese Freuden zu finden, ist ganz sicher der Weg zu unserer Bestimmung. Ihre »Glückseligkeit« ist diese tiefe Gewissheit darüber, wohin es Ihre Seele zieht.

An dieser Stelle müssen wir uns wieder darauf besinnen, intuitiv unserem Bauchgefühl zu folgen und unseren Weg zu »erfüllen«. Nur selten wissen wir vom ersten Augenblick unserer Sinnsuche an, in welche Richtung uns unsere Freude führen wird. Um den richtigen Weg zu finden, müssen wir intuitiv spüren, wo diese Freude liegt, und ihr folgen – und uns von niemandem davon abbringen lassen, wenn wir sie gefunden haben. Das steht am Anfang jeder Suche nach dem Sinn.

Glückseligkeit bedeutet jedoch nicht nur Nabelschau. Die eigene Glückseligkeit zu finden, heißt in der Regel, dass eine Menge Arbeit oder eine lange »Heldenreise« vor Ihnen liegt, um Ihrem eigenen Schaffen einen Sinn zu geben. Campbell soll in den späteren Jahren seiner Lehrtätigkeit etwas bestürzt

darüber gewesen sein, dass einige seiner Studenten glaubten, er würde einen hedonistischen Lebensstil befürworten. Campbell soll auf diese Fehlinterpretation erwidert haben: »Ich hätte sagen sollen: ›Folgt den Blasen (an Euren Füßen).‹« Ihre Glückseligkeit ist der Anfang des Weges, nicht das Ziel an sich, und der vor Ihnen liegende Weg wird viel Anstrengung und Mühe erfordern, um zu Sinn als Ihrem Ziel zu gelangen – aber das Erkennen Ihrer »tiefen Freude« wird Ihnen zeigen, in welche Richtung Sie Ihre ersten Schritte setzen sollten.

Darin liegt auch Ihre beste Chance, etwas Neues und Unverbrauchtes zu kreieren. Sie sind einzigartig in Ihren Interessen und Ihrer geistigen Verfasstheit. Ihre Mischung aus Charakter, Weltanschauung, Temperament, Begabungen und Veranlagungen gibt es so kein zweites Mal. Und wenn es Ihnen gelingt, einen Zugang zu Ihrer tiefen Freude zu finden, der alles, was Sie sind, einbezieht – dann werden die Dinge, die Sie schaffen, einzigartig für Sie sein. Es geht hier nicht nur um die Wahl einer Kunstform, sondern darum, all das herauszuarbeiten, was Ihnen tiefe Freude bereitet – und es in die Dinge einfließen zu lassen, die Sie herstellen.

Nehmen wir mich selbst als Beispiel. Offensichtlich habe ich mich für das Schreiben, Fotografieren und Filmemachen als die Medien entschieden, die mir tiefe Freude bereiten – aber worüber sollte ich schreiben, fotografieren oder filmen? Nun, der nächste Schritt besteht für mich darin, herauszufinden, wo meine tiefe Freude sonst noch wohnt und wie ich die Fähigkeiten, die ich entwickelt habe, auf diese Leidenschaften anwenden kann. In meinem Fall bin ich auch von Psychologie, Geschichte, Spiritualität und Philosophie fasziniert. Diese anderen Leidenschaften haben mein Schreiben, meine Fotografie und mein Filmemachen beeinflusst und meinem Schaffen mehr Sinn verliehen.

Durch meine Porträtfotografie versuche ich zu vermitteln, was ich über Menschen weiß und fühle. Ich denke intensiv über Licht und Schatten in meinen Bildern nach und wende die Botschaften, die ich in den vorherigen Kapiteln vermittelt habe, auf meine Fotografien an, wenn ich über sie spreche. Ich möchte mich in längerfristige Projekte vertiefen, die auch die Psychologie, Spiritualität und Philosophie von Menschen aus verschiedenen Kulturen erforschen. Das alles ist für mich als Schaffensrichtung aus dem Versuch entstanden, meine Freuden miteinander zu verbinden – sowohl meine Liebe zur Fotografie als auch meine Liebe zur Philosophie.

Mein YouTube-Kanal ist ein gutes Beispiel dafür. Es gibt online unzählige Kanäle über Fotografie, die sich auf Ausrüstung, Techniken und Fotografie im Allgemeinen konzentrieren, aber ich wollte einen Kanal starten, der die Dinge besser repräsentiert, die mir wichtig sind. Fotografie ist zwar immer noch das vordergründige Thema. Aber meine Abonnenten wissen, dass ich viel mehr über die Philosophie hinter unserer Kreativität sprechen möchte und darüber, was uns unsere Motive wählen lässt, sowie über die psychologischen Aspekte von Motivation und Inspiration. Indem ich auf meine tiefen Freuden achtete (und zwar auf alle) und mich dafür entschied, so viele wie möglich in die Videos, die ich mache, einfließen zu lassen, bewahrte ich mich davor, einen weiteren YouTube-Kanal über Kameras zu betreiben. Natürlich ist nichts Falsches an einem YouTube-Kanal, in dem sich alles nur um Ausrüstung dreht. Aber in meinem Fall hätte ich damit die Gelegenheit verpasst, meine eigene Persönlichkeit und die Dinge, die mir wichtig sind, in meine Arbeit einfließen zu lassen. Ich behaupte nicht, dass ich etwas ganz Neues erfunden hätte. Aber die Videos, die ich für diesen Kanal produziere, haben eine ganz eigene Note,

weil ich auf all die Dinge geachtet habe, die mir Freude bereiten. Und daher sind diese Videos für mich persönlich mit mehr Bedeutung gefüllt.

Selbst dieses Buch, das Sie in den Händen halten und das mit einem traditionellen Buch über Kreativität nicht allzu viel gemein hat, ist das Ergebnis meines Bestrebens, auf all die Dinge zu achten, die mir Freude bereiten. Einige rieten mir, auf diesen Seiten mehr praktische Übungen oder Ratschläge zu geben, aber das war nicht das Buch, das ich schreiben wollte. Ich wollte kein Anleitungsbuch schreiben, sondern das Buch, das ich selbst gerne gelesen hätte. Ich wollte Sie ermutigen und inspirieren und Sie gleichzeitig wie Erwachsene behandeln und darauf vertrauen, dass Sie am besten wissen, wie Sie diese Ratschläge auf Ihrem Weg anwenden. Einige werden dieses Buch lieben, andere vielleicht nicht, aber das ist meine »Glückseligkeit«, und ich musste den Mut finden, dieses Buch nach meinem eigenen inneren Kompass zu schreiben und es dann in die Welt zu entlassen.

Unabhängig von dem Feedback, das ich auf meine Fotografie, mein Filmemachen, mein Schreiben oder irgendetwas anderes bekomme, kann ich ehrlich sagen, dass ich die Bedeutung dieser Arbeit jeden Tag mehr und mehr spüre, weil ich lerne, meinem Bauchgefühl zu vertrauen. Campbell sprach von »unsichtbaren Händen«, die ihm halfen, seinem Glück zu folgen, und ich glaube, ich weiß, was er meint. Je mehr ich lerne, dieser inneren Führung zu folgen, desto mehr scheinen sich die Dinge zu fügen.

Die erste Hälfte der Suche nach dem Sinn Ihres Schaffens besteht also darin, Ihre »tiefe Freude« zu erkennen. Achten Sie auf kleine Hinweise darauf, wo Ihre Freude liegt – aber denken Sie daran, dass Sie Ihre »Freude« nicht zu wörtlich nehmen sollten. Sie mag sich nicht als einfaches Glück manifes-

tieren und könnte auch als Drang erscheinen, die Schattenseiten des Lebens zu erforschen. Aber Ihre »Freude« ist immer der Weg, zu dem Sie sich gezwungen fühlen.

Fragen Sie sich selbst: Wann haben Sie das letzte Mal etwas gemacht, bei dem Sie das Zeitgefühl völlig verloren haben? Genau dann, wenn Ihr Unterbewusstsein die Kontrolle übernimmt, ist Ihre kreative Stimme in vollem Fluss, und es lohnt sich, zu dem zurückzukehren, was Sie in diesen Momenten getan haben, um es weiter zu erforschen.

Fragen Sie sich auch: Wann haben Sie das letzte Mal etwas gemacht, das Sie einfach nur begeistert hat? Wenn wir versuchen, etwas zu erzwingen, das nicht zu uns passt, raubt uns das unsere Energie. Wenn wir dagegen etwas aus unserer »tiefen Freude« heraus machen, werden wir feststellen, dass es uns Energie zurückgibt.

Das sind die grünen Ampeln, die uns bedeuten, weiterzufahren.

Wenn Sie die Antwort bereits kennen und sich darüber im Klaren sind, welche kreative Tätigkeit Ihnen diese tiefe Freude bereitet, ist der nächste Schritt, über den Tellerrand zu schauen und herauszufinden, was Sie sonst noch in Ihrem Leben anzieht. Was sind Ihre Interessen? Welche Themen liegen Ihnen am Herzen? Auf welche Gesprächsthemen springen Sie an, wenn sie im Austausch mit anderen zur Sprache kommen? Was lesen Sie gerne? Welche Filme mögen Sie? Welche Musik hören Sie? Tauchen dort interessante Themen auf? Der Trick besteht nun darin, mehr von dem zu nehmen, was Sie sind, mehr von den Themen, die Ihnen Freude bereiten, und sich mit Ihrer Tastatur, Ihrem Stift, Ihrem Pinsel oder Ihrem Bleistift – oder mit welchem Instrument auch immer – diesen Themen zuzuwenden und zu sehen, ob so nicht mehr Bedeutung in Ihre Arbeit einfließt.



Nehmen wir an, Sie haben diese Kunstform gefunden und beginnen, Ihre Fähigkeiten auszubauen. Sie haben die anderen Aspekte Ihrer Persönlichkeit identifiziert, die Ihnen tiefe Freude bereiten, und Sie arbeiten daran, Ihre breiteren Interessen in Ihre kreative Arbeit einfließen zu lassen. Worauf zielen Sie nun mit Ihrer Arbeit ab, und was ist Ihre Botschaft? Wenn bei Ihrem Versuch, Sinn in Ihrem Schaffen zu finden, auf der einen Seite der Gleichung Ihre tiefe Freude steht, dann steht »der tiefe Hunger der Welt« auf der anderen.

Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, dass das, was Sie erschaffen, die Fähigkeit haben könnte, die Welt um Sie herum zu verändern?

Ich möchte Ihnen einige kurze Beispiele von Fotografen geben, die den Schnittpunkt zwischen ihrer Freude und dem Hunger in der Welt gefunden haben.

Martin Usborne hörte von der Notlage des »Galgo«, des spanischen Windhundes. Seit Jahrhunderten wird diese Rasse im ländlichen Spanien als Jagdhund eingesetzt. Früher wurden sie vom Adel geschätzt und per Gesetz geschützt, aber in der heutigen Zeit werden schätzungsweise bis zu 100.000 alternde Galgos, die nicht mehr stark oder schnell genug für die Jagd sind, am Ende jeder Saison ausgesetzt oder getötet. Viele Hunde werden einfach am Straßenrand ausgesetzt – aber in Akten unvorstellbarer Grausamkeit werden einige für ihr körperliches Versagen »bestraft«, indem sie an Bäumen aufgehängt oder lebendig in Brunnen geworfen werden.

Also beschloss Usborne, seine Liebe zur Fotografie zu nutzen, um etwas zu bewirken. Er reiste nach Andalusien und schloss sich mit zwei Rettungszentren zusammen, um eine Serie von Bildern ausgesetzter Galgos zu produzieren und ihre tragische

Geschichte mit der Welt zu teilen. Er hoffte etwas an ihrer Notlage zu ändern, indem er das Bewusstsein für diese schärfte – und sogar half, indem er Spenden sammelte. Darüber hinaus trägt der klassische Ansatz von Usbornes Bildern dazu bei, diesen wunderschönen Tieren etwas von ihrer verlorenen Würde zurückzugeben. Für mich schaffen seine Bilder meisterhaft den Spagat zwischen der Eleganz dieser Tiere und der Verzweiflung über ihre Notlage. Auf seiner Website heißt es zu diesem Projekt:

*In dieser Serie geht es nicht direkt um den Schmerz. Die Fotografien zeigen gerettete Hunde in den Landschaften, in denen sie ausgesetzt werden, und zwar auf eine Art und Weise, die von dem Maler Velázquez inspiriert ist, der in der gleichen Gegend arbeitete, in der diese Bilder aufgenommen wurden, und zu einer Zeit, als diese Hunde noch als edel galten.*

In seinem Projekt *Where Hunting Dogs Rest* hat Usborne seine tiefe Freude an der Fotografie, seine Liebe zu Künstlern wie Velázquez und seine Zuneigung zu Tieren genutzt, um seine Kamera auf dieses Thema zu richten, etwas Zerbrochenes und Chaotisches zu nehmen und durch seine Bilder etwas Ordnung wiederherzustellen.

Tish Murtha lebte in den späten 70er- und 80er-Jahren in Newcastle upon Tyne, als die Thatcher-Regierung massenhaft Kohleminen schloss und Arbeitsplätze im verarbeitenden Gewerbe abbaute. Murtha erlebte, wie die Region, die sie ihr Zuhause nannte, eine unglaubliche wirtschaftliche Notlage erlebte, als der Dienstleistungssektor kollabierte und die Arbeitslosigkeit in die Höhe schoss. Sie sah auch, wie viele Kinder

tagsüber unbeaufsichtigt durch die dreckigen Straßen liefen, und fragte sich, wie ihre Zukunft aussehen würde, wenn es so wenig Perspektiven und Möglichkeiten gäbe.

Murtha hatte ihre Freude in der Fotografie gefunden und begann, ihre Kamera auf die Probleme zu richten, die sie in ihrer Gemeinde sah. Sie entwickelte ein besonderes Auge für die Notlage von Kindern, die unter schwierigen Umständen aufwuchsen. Sie verbrachte Stunden mit ihnen auf der Straße und bei ihnen daheim, baute Beziehungen auf und gewann ihr Vertrauen. Die Kinder waren nicht einfach nur Motive, sondern wurden zu Mitwirkenden, die von ihren Schwierigkeiten erzählten. Murthas Bilder zeugen von diesen zähen, einfallsreichen, klugen und widerstandsfähigen Kindern, und sie hat sie offenbar immer sehr beschützt. Dies war nicht nur eine Aufgabe, die sie sich selbst gestellt hatte. Sie sorgte sich wirklich um sie.

Sie fühlte sich auch den Menschen und Problemen um sie herum verpflichtet und glaubte, dass sie ihre Liebe zur Fotografie nutzen könnte, um die wahren Kämpfe der Menschen in ihrer Stadt aufzuzeigen. Sie benutzte ihre Kamera wie ein Megaphon, um der Welt mitzuteilen: »Wir sind hier, und das hier machen wir durch!« Als Murthas Bilder zum ersten Mal in einer Ausstellung mit dem Titel *Youth Unemployment* gezeigt wurden, benutzte ihr örtlicher Parlamentsabgeordneter diese Bilder im Parlament als Beweis für die unbequeme Wahrheit über das Leben im Norden Englands, wo es für so viele Menschen nach dem Verlassen der Schule nur wenig Hoffnung auf Arbeit gab. Viele waren entsetzt über das, was sie sahen, und die Bilder lösten in der Regierung eine heftige Debatte aus. Es ist schwer zu ermessen, inwieweit diese Bilder ein Katalysator für Veränderungen waren, aber eines ist sicher: Sie haben die Menschen zum Reden gebracht.

Sebastião Salgado ist einer meiner Helden der Fotografie. Er verbrachte sein ganzes Leben damit, seine Bilder unermüdlich mit dem »großen Hunger der Welt« zu füllen. Für sein Projekt *Workers* reiste er rund um den Globus und fotografierte Stahlarbeiter in der ehemaligen Sowjetunion, Schiffbrüchige in Bangladesch, Feuerwehrleute auf den Ölfeldern Kuwaits nach dem Golfkrieg, Fischer in Sizilien, Teepflücker in Ruanda und vor allem Goldgräber in Brasilien, die in riesigen offenen Gruben arbeiten.

Sein Projekt *Exodus* führte ihn nach Indien, Vietnam, auf die Philippinen, nach Ecuador, Palästina, in den Irak, nach Jugoslawien, in den Kongo und nach Ruanda, um die erschütternden Geschichten von Menschen zu erzählen, die gezwungen waren, aus ihrer Heimat zu fliehen.

In jüngerer Zeit entschied er sich, sein Objektiv auf die Welt der Natur zu richten. Von 2004 bis 2013 erstellte er eine umfangreiche Sammlung von Bildern, die die natürliche Schönheit unseres Planeten zeigen und eine Zeit vor der Verwüstung durch die Industrialisierung und Mechanisierung des Menschen feiern sollten. Er nannte das Projekt *Genesis*. Diese Bilder wurden als »Liebesbrief an den Planeten« beschrieben und gemahnen an die Verantwortung der Menschheit, diese wunderschöne Welt, die wir unser Zuhause nennen, zu erhalten und unsere Stellung als Spezies nicht zu missbrauchen.

Neben diesem fotografischen Mammutprojekt nahmen Salgado und seine Frau Lélia einen Teil des Geldes, das sie mit Ausstellungen und dem Verkauf von Drucken verdient hatten, in die Hand, um ein Stück Natur in ihrer brasilianischen Heimat wiederherzustellen. Salgados Großvater hatte dort einen Bauernhof, der jedoch zu Ödland geworden war, da man dem Boden über viele Jahre die lebensspendenden Mineralien

entzogen hatte. Salgado und seine Frau beschlossen, die 600 Hektar zu übernehmen und die Landschaft neu zu formen. Sie pflanzten Hunderte von einheimischen Pflanzen an, um das kleine Tal wieder zu füllen und die ursprünglichen Wälder wiederherzustellen. Das ist ihnen so gut gelungen, dass in den letzten Jahren viele Wildtiere, darunter viele Vogelarten, Ameisenbären, Schildkröten und sogar Jaguare zurückkehrten. Das Land wurde in *Instituto Terra* umbenannt und in einen Nationalpark umgewandelt, sodass es der gesamten brasilianischen Bevölkerung gehört und darüber hinaus als Modell für die Wiederaufforstung weltweit dient.

Die kreativen Bemühungen von Künstlern wie Osborne, Murtha, Salgado und Tausenden anderen haben nach und nach dem Chaos Ordnung abgerungen, als sie den Schnittpunkt zwischen ihrer »tiefen Freude« und dem »tiefen Hunger der Welt« fanden. Ich bezweifle, dass viele von ihnen mit der Frage nach dem Sinn ihrer Arbeit kämpfen. Sie sind vielleicht frustriert, dass sie nicht mehr tun können und den Wandel, den sie sich wünschen, nicht schneller herbeiführen können. Aber ich stelle mir vor, dass sich jeder von ihnen, nach der Entdeckung dieses »Sweet Spots«, des Zwecks und der Bedeutung seiner Arbeit bewusst ist.

Ich behaupte nicht, dass Sie mit Ihrer Kunst zu einer Art Aktivist werden müssen, obwohl Sie das natürlich könnten. Es ist nichts Falsches daran, sich zunächst nur das Ziel zu setzen, mit Ihrer Arbeit Ihren Lebensunterhalt zu bestreiten. Aber sobald Sie das erreicht haben – vielleicht sogar schon lange vorher – könnten Sie nach mehr Sinn in Ihrer Arbeit suchen. Und der lässt sich finden, indem man seine Arbeit auf etwas ausrichtet, das man für sinnvoll hält. Das bedeutet nicht, dass Sie mit Ihrer Arbeit »predigen« müssen, und es eignen sich auch nicht alle Kunstformen dafür. Aber vielleicht können Sie einen Weg

finden, Ihre Zeit und Ihr künstlerisches Talent Menschen zugute kommen zu lassen, die es verdienen, oder einen Teil Ihrer Erlöse für wohltätige Zwecke zu spenden. Wie auch immer Sie sich entscheiden, ich garantiere Ihnen: Wenn Sie diese Kunstform, die Ihnen so viel Freude bereitet, nutzen, um andere zu unterstützen, wird dies das fehlende Stück sein, das Ihrer Arbeit Bedeutung verleiht.

Viele von uns finden Sinn in dem, was ihre Arbeiten aussagen sollen. Ein Großteil von Kunst ist Kommunikation, also müssen wir entscheiden, worüber wir sprechen wollen. Ich wünschte, ich könnte jedem von Ihnen einfach sagen, was Ihre Botschaft ist, aber herauszufinden, was Sie zu sagen haben, ist eine zutiefst persönliche Angelegenheit. Niemand außer Ihnen kann entscheiden, wie Ihre kreative Stimme klingen soll. Niemand kann Ihnen vorschreiben, worüber Sie sich Gedanken machen sollen, denn das muss aus Ihrer eigenen Weltanschauung und Ihren Anliegen kommen. Lernen Sie also, auf die Themen zu achten, die Sie ansprechen, wenn sie in Gesprächen auftauchen. Fragen Sie sich, was Sie in der Welt sehen, was sich Ihrer Meinung nach ändern muss. Werfen Sie einen Blick auf Ihr Leben, um zu sehen, ob Sie Zugang zu Geschichten haben, die Ihrer Meinung nach erzählt werden müssen. Was Sie mit Ihrer Arbeit sagen wollen, könnte in den Antworten auf diese Fragen liegen.



Wenn wir uns das Chaos als den Zusammenbruch der Dinge um uns herum vorstellen, dann besteht der Weg zur Schaffung von Ordnung darin, diese Bruchstücke wieder zusammenzufügen – das ist es, was unsere Arbeit vermag. In einem Interview mit *National Geographic* sagte Osborne über seine Porträts der Galgos:

*Ich bin zutiefst besorgt über die Kluft zwischen Menschen und (anderen) Tieren und möchte das Bewusstsein dafür schärfen. Wir sind durch Sprache, Technologie und eine fatale Arroganz, die immensen Schmerz verursacht, von anderen Tieren getrennt.*

Usborne spricht hier über Chaos und eine »unterbrochene Verbindung«. Murthas Arbeit hat eine Gemeinschaft wieder mit ihrer Würde und ein Parlament mit seiner Verantwortung gegenüber seinen Bürgern verbunden. Salgados brachte Arbeiter wieder mit ihren Rechten in Kontakt und verband Flüchtlinge mit ihrem neuen Zuhause, da die Menschen durch seine Arbeit von ihrer Notlage Notiz nahmen. Sein Projekt *Genesis* hat die einheimische Fauna und Flora im *Instituto Terra* in Brasilien wieder mit dem Tal verbunden, und hoffentlich tragen seine Bilder dazu bei, dass wir uns alle wieder mit diesem Planeten, den wir »Heimat« nennen, verbinden.

Übrigens war dieses »Wiederherstellen von Verbindungen« früher die Aufgabe von Religion. Ich weiß, dass »Religion« für viele ein Reizwort ist, aber lassen Sie mich Ihnen zeigen, woher es stammt. Man geht davon aus, dass sich das Wort »Religion« vom lateinischen »ligare« ableitet, was »verbinden oder binden« bedeutet. Daher kommt auch der Begriff »ligament« (»Band«). Kombiniert mit »re« bringt es uns wieder zurück zu dieser Idee des »Wiederverbindens«. Die Aufgabe guter Religion sollte es sein, zerbrochene Verbindungen wiederherzustellen. Sie sollte uns wieder mit dem Göttlichen in Kontakt bringen und uns mit uns selbst und unserer eigenen Menschlichkeit verbinden. Sie sollte die zerbrochenen Verbindungen zwischen Familien, Freunden und Nationen wiederherstellen, und ihre Aufgabe war es, uns wieder mit diesem Planeten, auf dem wir leben, zu verbinden und uns an unsere Verantwortung zu erinnern, für ihn zu sorgen.

Ich bin der Erste, der zugibt, dass ein Großteil der heutigen Religionen in dieser Hinsicht schlechte Arbeit leistet. Viele institutionelle Religionen haben sich so sehr darin verstrickt, die Interessen ihrer Vertreter zu wahren, dass sie ihre übergeordnete Rolle vergessen haben. Ich frage mich daher, ob es nicht an der Zeit ist, dass Künstler aufstehen und diese Verbindungen für uns wiederherstellen, um uns zu helfen, uns wieder mit unserer eigenen Menschlichkeit, miteinander und mit der natürlichen Welt zu verbinden. Wenn Chaos der Zusammenbruch von Verbindungen im Laufe der Zeit ist, dann bedeutet Ordnung die Wiederherstellung dieser Verbindungen gegen den Strom der Entropie. In diesem Sinne hoffe ich auf mehr »religiöse« Künstler, die ihre Bestimmung finden und sich dieser »re-ligare«-Arbeit widmen, um das, was zerbrochen ist, zu reparieren. Ich glaube, dass uns der autonome Drang, Sinn in unserer Arbeit zu finden, immer in diese Richtung treibt. Die Fragen, die unweigerlich in uns auftauchen und nicht verstummen wollen, fordern uns auf, unsere Gaben für mehr als nur für uns selbst einzusetzen.

Für mich trifft das auf jeden Fall zu. Wie ich schon sagte, ist meine »tiefe Freude« heutzutage das Schreiben, Sprechen, Fotografieren und Filmemachen, aber ich sehe auch einen »tiefen Hunger« in der Welt, auf den ich durch meine Liebe zu anderen Dingen wie Psychologie, Spiritualität und Philosophie aufmerksam geworden bin. Ich frage mich dann, ob ich durch das Zusammenführen all dieser Dinge mit meinen kreativen Bemühungen einige unterbrochene Verbindungen wiederherstellen kann.

Es macht mir persönlich sehr zu schaffen, wie viele Menschen in ihren eigenen Ängsten gefangen sind. Zu viele Menschen sind heutzutage in ihrer Verzweiflung verloren und nicht in der Lage, den Weg vor ihnen zu sehen. Aber ich weiß, dass eine

gute Lebensphilosophie und der Glaube an die eigene Handlungsfähigkeit Wunder bewirken kann für jemanden, der sich verloren und allein fühlt.

Das ist der Grund, warum ich dieses Buch schreibe, und das sind die Anliegen, die mich dazu gebracht haben, über die Themen zu sprechen, die ich habe.

Deshalb ist die Porträtfotografie meine erste Liebe und ich weiß, dass sie die Macht hat, die Art und Weise zu verändern, wie man sich selbst sieht.

Aus diesem Grund liegt der Schwerpunkt meines YouTube-Kanals auf Philosophie und Inspiration. Jedes Mal, wenn ich eine Nachricht oder eine E-Mail von jemandem erhalte, der mir erzählt, wie er aufgrund von etwas, das ich mit ihm geteilt habe, seinen Weg wiedergefunden hat, spüre ich den Sinn in meinem Schaffen und erinnere mich wieder an meine Bestimmung. Der Gedanke, dass etwas, das ich gemacht habe, auch nur für einen anderen Menschen wichtig sein könnte, wärmt mein Herz.

Diese Einstellung hilft mir, Kunst als Dienstleistung zu sehen. Wenn meine kreativen Fähigkeiten dazu beitragen können, andere aus ihrem täglichen Ringen herauszuholen und ihnen Trost, Aufregung, Inspiration, Orientierung oder Freude zu bieten, dann möchte ich, dass diese Talente für diesen Zweck eingesetzt werden und nicht, um mich selbst größer erscheinen zu lassen.

Wenn es Ihnen gelingt, Ihre »tiefe Freude« zu erkennen und sie auf den »tiefen Hunger der Welt« zu richten, um die zerbrochenen Verbindungen, die Sie sehen, wiederherzustellen und in den kleinen Dingen, die Ihnen gelingen, Ordnung aus dem Chaos zu schaffen, dann habe ich keinen Zweifel daran, dass Sie einen tiefen Sinn in Ihrem Schaffen finden werden.



*Zeit*

Vor zwei Jahren saß ich auf Island allein in einer Hütte und starrte aus dem Fenster auf den strömenden Regen. Ich hoffte, dass sich das Wetter bessern würde, damit ich ein paar Fotos machen und das Video drehen konnte, das ich für die Reise geplant hatte, aber laut Vorhersage würde der Sturm mindestens drei der fünf Tage meines Urlaubs anhalten. Es blieb mir also nichts anderes übrig, als mich zu verkriechen, ein Buch zu lesen und zu viel Kaffee zu trinken.

Außerdem war es mein 40. Geburtstag.

Irgendetwas an diesem weiteren vergangenen Jahr machte mich ein wenig wehmütig. In der Regel nehme ich mir immer etwas Zeit, um auf mein bisheriges Leben zurückzublicken, Ereignisse zu feiern und zu betrauern, und mich zu fragen, ob ich mich in die richtige Richtung bewege. An Geburtstagen erlaube ich mir außerdem ein bisschen Nostalgie. An solchen Tagen suche ich im Internet nach früheren Freunden und Verflorenen, um herauszufinden, wo sie sind und wie es ihnen geht, und ich schaue mir alte Fotos an, um in Erinnerungen an vergangene Zeiten zu schwelgen.

Als sich die Wolken verdichteten, das Licht schwächer wurde und der Schneeregen in Schneegestöber überging, begann ich, mich an andere Geburtstage zu erinnern. Ich versuchte mich daran zu erinnern, wo ich jeweils war und was ich mir damals vom Leben wünschte.

Ich erinnere mich an meinen 10. Geburtstag in Lesotho, als meine Mutter mir eine Eistorte in Form eines Flugzeugs schenkte. Sie hatte vor kurzem mit dem Fliegen begonnen, und ich wollte nichts sehnlicher, als eines Tages wie sie Pilot zu werden. Ein paar Jahre später, in der High School, stellte sich heraus, dass ich grünblind war, was mich für diesen Traum dis-

qualifizierte. Offensichtlich ist es ziemlich wichtig, zwischen blinkenden grünen und roten Lichtern unterscheiden zu können, wenn man ein Flugzeug fliegt.

Meinen 15. Geburtstag verbrachte ich in Swasiland. Zu dieser Zeit hatte ich beschlossen, dass ich Großkatzen rehabilitieren und wieder auswildern wollte. Nach der Lektüre zahlreicher Bücher von George und Joy Adamson, John Varty, Gareth Patterson und Mark und Delia Owens wusste ich, dass ich gegen Wilderei kämpfen und mit verwaisten Löwen und Leoparden arbeiten wollte, um sie wieder in die Buschlandschaft zu bringen, wo sie hingehören. Erst in meinem ersten Jahr an der Universität, als ich durch meine Mathe- und Chemieprüfungen fiel und mein Studium der Wildtierwissenschaften nicht mehr fortsetzen konnte, musste ich auch diesen Traum begraben. Also wechselte ich zum Psychologiestudium und begann, für die Kirche zu arbeiten.

An meinem 21. Geburtstag war ich in den Drakensbergen in Südafrika und hatte beschlossen, dass ich Pastor werden wollte. Ich hatte mein Psychologiestudium abgeschlossen und war gerade am Seminar in Johannesburg angenommen worden, wo ich in ein paar Monaten anfangen sollte. Es dauerte mein ganzes Studium lang, über vier Jahre, und dann noch fast ein Jahrzehnt, in dem ich für sieben Kirchen arbeitete, bis mir klar wurde, dass ich niemals in diese Institution passen würde und ich eine weitere große Kurskorrektur vornehmen musste.

An meinem 30. Geburtstag lebte ich in Kapstadt und war gerade von der letzten Kirche, für die ich gearbeitet hatte, gefeuert worden, weil ich angeblich ein »liberaler Ketzer« war. Um die Wahrheit zu sagen, hatte ich eine ganze Reihe von Stellenangeboten von weniger konservativen Kirchen erhalten, aber beschlossen, nicht länger meinen Kopf gegen diese spe-

zielle Mauer zu schlagen. Genug war genug, und ich musste mir eingestehen, dass das nicht zu mir passte. Ich hatte bereits nebenbei Videos gedreht und fotografiert, also schien es mir lohnenswert, das Risiko einzugehen und diesen neuen Karrierepfad einzuschlagen. In diesen Tagen hatten Freunde von mir in meinem Lieblingscafé reserviert, und ich erinnere mich, wie alle anderen sich unterhielten, während ich leicht verwirrt dsaß, zuversichtlich, dass ich die richtige Entscheidung getroffen hatte, aber auch besorgt darüber, ob diese neue Richtung funktionieren würde.

Meinen 37. Geburtstag verbrachte ich in London, und zu diesem Zeitpunkt hatte ich bereits hauptberuflich für eine Reihe von Unternehmen als Hausfotograf gearbeitet. Die ersten Jahre nach der Kirche waren ein echter Kampf gewesen, und meine Haupteinnahmequelle während dieser Zeit war ein Job als Kellner in einem örtlichen Restaurant. Parallel baute ich meine fotografischen Fähigkeiten aus und lernte anhand schlecht bezahlter Aufträge das Geschäft kennen. Es hatte länger gedauert als erwartet, aber ich war stolz darauf, einen Punkt erreicht zu haben, an dem ich meinen Lebensunterhalt mit Fotografie bestreiten konnte. Aber ich wollte mehr und hatte vor kurzem beschlossen, mich als Filmemacher zu versuchen. Ich begann zu planen, wie ich Videos machen, kleine Dokumentarfilme erstellen und vor der Kamera über Themen sprechen konnte, die mir wichtig waren. Und ich skizzierte, wie ein YouTube-Kanal aussehen könnte.

Nun, mit 40, allein in einer Hütte mitten auf Island, sah ich zu, wie das Licht schwächer und der Sturm draußen stärker wurde. Mein drei Jahre alter YouTube-Kanal fand inzwischen mehr und mehr Zuschauer. So sehr mich das auch erfüllte, fühlte ich mich doch begrenzt mit meinen Themen und mit der Tiefe, in der ich Themen in den eher kurzen Videos ausleuch-

ten konnte. Während ich also an meiner x-ten Tasse Kaffee nippte und aus dem Fenster auf das launische Wetter starrte, nahm ich mein Notizbuch zur Hand und begann, den ersten groben Entwurf für das Buch zu skizzieren, das Sie gerade in den Händen halten.

Dinge ändern sich.

Wir setzen uns selbst so sehr unter Druck, es beim ersten Mal richtig zu machen. Ich erinnere mich, dass ich mich auf meinem Weg so oft wie ein Versager gefühlt habe, weil sich so viele meiner Träume nie verwirklicht haben. Als sich meine Ziele von »Pilot« zu »Tierschützer«, dann zu »Pastor«, zu »Fotograf«, zu »Filmemacher« und schließlich zu »Autor« änderten, musste ich mir realistischerweise eingestehen, dass das Leben voller Drehungen und Wendungen ist und sich selten so geradlinig entwickelt, wie wir es uns vielleicht wünschen. Seitdem habe ich gelernt, dass wir nicht jeden einzelnen Traum verwirklichen müssen, um voranzukommen, sondern dass wir flexibel und geschmeidig genug sein müssen, um uns aufzurappeln, wenn wir unweigerlich scheitern – damit wir uns neu orientieren und neue Träume verfolgen können.

Der Trick ist, in Bewegung zu bleiben.

Unsere kreativen Reisen sind die gleichen. Ich erwähnte schon, dass ich Zeichnen, Bühnenbild, Musik, öffentliches Reden, Fotografie, Filmemachen und Schreiben als kreative Ausdrucksformen ausprobiert habe. Einige dieser Fähigkeiten haben sich bewährt, und ich behalte sie in meinem Werkzeugkasten, aber einige haben sich nicht bewährt und sind auf der Strecke geblieben. Nichts davon war jedoch eine Verschwendung, denn keine Ausdrucksform muss alle Antworten enthalten. Mein kreativer Weg hat sich auf mehreren Ebenen entfaltet – und ich glaube, das wird auch weiterhin so sein, wenn ich einfach in Bewegung bleibe.

Außerdem habe ich gelernt, dass alles, was von Bedeutung ist, länger dauert, als wir denken oder als es sollte. Die Entdeckung des eigenen Glücks, das Finden der eigenen kreativen Stimme, das Herausarbeiten dessen, was man sagen will, und das Schaffen eines Umfelds, in dem man seine Arbeit tun kann – all das braucht Zeit. Wenn Ihr Weg so ist wie meiner, wird er voller Stopps und Starts sein, eine Mischung aus Sackgassen und langen Strecken auf der Autobahn. Aber wenn ich zurückblicke, kann ich mir nicht vorstellen, wie dieser Weg sich anders hätte entwickeln können. Er war oft unglaublich frustrierend, aber jetzt habe ich erkannt, dass es für die meisten von uns so abläuft, und das hilft mir, das Geheimnis dessen, was als Nächstes kommt, wohlwillender zu akzeptieren. Die Erfahrung hat mich gelehrt, dass sich die nächsten Schritte ergeben werden, wenn ich geduldig genug bin und in Bewegung bleibe.

Wenn wir unseren Fokus von der Angst vor nur kurzfristigen Erfolgen auf eine längerfristige Vision für ein sinnvolles kreatives Leben verlagern wollen, müssen wir akzeptieren, dass das Zeit braucht. Wir haben größere Chancen, unser Ziel zu erreichen und nicht aufzugeben, wenn wir lernen, uns auf den langen Weg vorzubereiten. Schauen wir uns also an, wie sich diese Dinge meist entwickeln.



Carl Jung machte die Idee der »zwei Lebenshälften« populär, um den Verlauf des menschlichen Lebens zu beschreiben, indem er die Analogie eines Tages verwendete, der durch die Mittagssonne in zwei Hälften geteilt wird. Am Morgen geht die Sonne auf, bis sie mittags ihren Zenit erreicht, und am Nachmittag geht sie unter, sodass unsere Tage genau in zwei Hälften geteilt werden. Jung meinte, es sei wichtig, diese Abfolge zu verstehen, weil sie uns lehren kann, wie wir auf die verschiedenen Phasen unseres Lebens reagieren und die Verän-

derungen, die unweigerlich kommen werden, als »gute Omen« begrüßen können, anstatt sie zu fürchten. Auch wenn er von diesen »zwei Hälften« im Zusammenhang mit unserer allgemeinen Entwicklung als menschliche Wesen sprach, entwickelt diese Vorstellung auch Kraft, wenn wir sie auf unsere kreative Reise anwenden.

Beginnen wir mit Jungs »Morgen«.

In der ersten Lebenshälfte, so Jung, konzentrieren wir uns mehr auf die Entwicklung unseres Selbstgefühls und die Verwirklichung unseres persönlichen Erfolgs. In dieser Phase geht es um Dinge wie soziales Fortkommen und den Aufbau eines erfolgreichen Berufs. Wenn wir an das Kapitel über das »Ego« zurückdenken, ist dies die Zeit des Lebens, in der wir herausfinden, wer wir in der Welt sind, und versuchen, uns zu definieren, damit wir uns in irgendeiner Weise von der Masse der Menschen abheben. Daran ist nichts auszusetzen – es ist sogar eine wichtige Phase in unserer Entwicklung, die wir nicht überstürzen oder überspringen sollten.

Der Morgen ist auch die Zeit, in der wir viele Entscheidungen über die Art des Lebens treffen, das wir führen wollen. Wir entscheiden unter anderem, welchen Beruf wir ausüben wollen, mit wem wir zusammenarbeiten möchten, an welchem Ort wir leben möchten, welche politischen Ansichten wir haben, welche Lebensphilosophie wir vertreten und was wir von der Welt und ihrer Funktionsweise halten. In seinem Buch *Falling Upward* beschreibt Richard Rohr die Dynamik der »zwei Hälften« im Zusammenhang mit unserer spirituellen Reise. Er formuliert die These, dass wir morgens »metaphorische Kisten« konstruieren, die unsere Vorstellungen darüber enthalten, wie das Leben unserer Meinung nach im Allgemeinen funktioniert, sowie die Entscheidungen, die wir zur konkreten Gestaltung unseres eigenen Lebens getroffen haben. Diese

»Kiste der Antworten« ist dann sowohl unsere konstruierte Weltanschauung als auch unsere persönliche Identität. Das ist die Arbeit des Morgens, und sie ist gut.

Was ist dann aber mit unseren kreativen Reisen?

Nun, ich denke, dass der Morgen unserer Reise in jeder Kunstform dadurch gekennzeichnet ist, dass wir Entscheidungen darüber treffen, welche Art von Künstler wir sein wollen, und dass wir entscheiden, wie unsere Arbeit aussehen, klingen oder schmecken soll. Am Morgen beginnen wir damit, unseren Stil zu bestimmen, und das tun wir, indem wir uns eine Menge Techniken aneignen, die Ausrüstung, die wir verwenden wollen, eingehend analysieren und uns die Arbeiten anderer ansehen, um einzuschätzen, welche Elemente wir in unseren eigenen Mix einbringen wollen. Wir versuchen herauszufinden, wer wir als »Macher von Dingen« sind, und herauszufinden, was uns auszeichnet. Am Morgen unserer kreativen Reise geht es darum, uns selbst zu definieren.

Diese Phase ist oft sehr aufregend. Wir lernen in rasantem Tempo und träumen davon, wohin unsere neu entdeckte kreative Tätigkeit uns führen könnte. Wir finden heraus, wie wir uns auf neue Weise ausdrücken können, und es ist immer aufregend, wenn wir die ersten positiven Reaktionen auf unsere Arbeit von anderen bekommen. Es war der Morgen meiner Fotografie-Reise, der mich dazu brachte, in jeder freien Minute meine Kamera in die Hand zu nehmen. Bei jeder kleinen fotografischen Mission, die ich unternahm, schien ich etwas Neues zu lernen, und ich verliebte mich täglich tiefer in diese Kunstform. Das war mehr als genug Motivation, um mich vor die Tür zu treiben und an der Verbesserung meiner Fähigkeiten zu arbeiten.

Dieser Morgen kann aber auch von einer großen Portion Frustration geprägt sein. Ich wollte immer weiter sein, als ich war, und ich suchte ständig nach Abkürzungen, um dorthin zu gelangen. Mein »Fotografie-Morgen« bestand darin, dass ich stundenlang Ausrüstungsberichte las, in der Hoffnung, ein »magisches Objektiv« zu finden, das die Fehler in meinen Bildern überdecken und mich zu einem Fotografen mit einem erkennbaren Stil machen würde. Ich rechnete ständig mit meinem mageren Einkommen herum, um herauszufinden, wie ich mir die tollsten Kameras leisten könnte, weil ich dachte, dass mich das in meiner Entwicklung entscheidend voranbrächte. Leider überredete ich mich zu einigen dieser kostspieligen Anschaffungen und erkannte die offensichtliche Wahrheit zu spät: Schlechte Bilder sehen auch dann noch schlecht aus, wenn sie mit tollen Kameras aufgenommen wurden.

Ich verbrachte viel Zeit damit, mir im Internet Video-Tutorials anzuschauen und probierte jede erdenkliche Technik aus, in der Hoffnung, dass eine davon meiner Arbeit ein gewisses, leicht zu gewinnendes Flair verschaffen und mir sogar einen voll ausgebildeten »Stil« auf dem Silbertablett servieren würde. Von komplizierten Beleuchtungseinstellungen mit Farbgeles über Tilt-Shift-Objektive und verschiedene Filter bis hin zu Brenizer-Panoramen, endlosen Voreinstellungen und schwerfälligen Bearbeitungstechniken habe ich alles ausprobiert, um meinen Bildern einen Look zu verpassen, der sie von anderen abhebt.

Wenn ich jetzt zurückblicke, sehe ich natürlich, was für ein visuelles Durcheinander ich dabei produziert habe. Aber ich erkenne auch, dass es ein völlig notwendiges Durcheinander war. Ich weiß nicht, wie man anders lernen kann, als von allem etwas auszuprobieren und sich für oder gegen all diese Techniken zu entscheiden, bis sich ein ausgereifterer Stil heraus-

bildet – und das braucht Zeit. Ich bereue meine frühen Tage des unberechenbaren Experimentierens nicht, denn ich habe viel gelernt, was ich mitgenommen habe.

Ich wünschte nur, ich könnte zurückgehen und mir sagen, dass ich diese Phase mehr genießen und sie nicht mit so hohen Erwartungen auf einen schnellen Erfolg überfrachten sollte. Mich trieb ständig um, dass sich meine kreative Stimme nicht schnell genug zeigte, und so verfiel ich dem Irrglauben, dass ausgefallene Ausrüstung oder komplizierte Techniken eine Abkürzung sein könnten. Heute blicke ich zurück und erkenne, dass der Aufbau einer echten kreativen Stimme die Arbeit eines ganzen Lebens ist und weder im Fotoladen gekauft, noch in einem »Die besten Foto-Tipps«-Video verraten werden kann.

Diese Experimente und dieses Streben nach Definition sind die gute Arbeit des Morgens, dafür ist sie da. Und wenn ich jetzt zurückblicke, kann ich sehen, wie wichtig diese Phase für meine Entwicklung als Fotograf war, und wie schade es ist, dass ich so sehr versucht habe, sie abzukürzen.



Woher wissen wir aber, wann der Morgen unserer Reise zu seinem natürlichen Ende kommt? Woher wissen wir, wann wir den »Mittag« erreicht haben? Jung war der erste, der von einer Midlife-Crisis in dem Sinne sprach, wie wir sie heute verstehen, indem er die Metapher des »High Noon« verwendete.

Im Leben ist unser Mittag der Punkt, an dem wir uns erlauben, lange genug innezuhalten, um Bilanz zu ziehen und uns zu fragen, ob sich alles, was wir uns die ganze Zeit über aufgebaut haben, gelohnt hat.

Ist alles in die richtige Richtung gelaufen?

Entwickeln wir den Charakter, den wir haben möchten?

Werden wir zu dem Menschen, der wir wirklich sein wollen?

In der Regel ist dies eine Zeit des schwierigen Hinterfragens. Wenn wir die nötige Demut aufbringen, bringt uns das oft dazu, zuzugeben, dass wir am Morgen einige Dinge falsch gemacht haben und nicht ganz an die Person glauben, die wir uns aufgebaut haben. Vielleicht waren wir so sehr mit dem Versuch beschäftigt, dem System ein Schnippchen zu schlagen und voranzukommen, dass wir unsere ganze Energie darauf verwendet haben, die zweckmäßigste Version von uns selbst zu konstruieren, anstatt die ehrlichste. Obwohl diese Zeit recht schwierig sein kann, können wir nicht in den »Nachmittag« des Lebens gehen, ohne uns diesen Fragen direkt zu stellen.

Der Mittag unserer Reise wird oft durch eine Krise ausgelöst. Vielleicht verlieren wir unseren Arbeitsplatz, oder unser Partner verlässt uns, oder jemand, den wir lieben, stirbt. Was auch immer bei jedem von uns der Fall ist, oft ist es dieses schmerzhafteste Ereignis, das eine Menge Fragen aufwirft. Wir haben so hart daran gearbeitet, uns zu definieren und ein Leben um die Person herum aufzubauen, die uns gerade verlassen hat, oder um den Job, den wir gerade verloren haben, oder um das politische Weltbild, das gerade erschüttert wurde, oder um den spirituellen Glauben, der nicht mehr so allwissend zu sein scheint. Jetzt ist das weg, und die Welt scheint wieder ein unsicherer Ort zu sein, da das Chaos unsere Versuche, Ordnung in unser Leben zu bringen, zunichte macht.

Also greifen wir zu unserer Schachtel mit fein säuberlich verpackten Glaubenssätzen über das Leben, die wir am Morgen zusammengestellt haben – aber diese alten, engstirnigen Vorstellungen bieten uns einfach keine sinnvollen Antworten mehr.

Wir wissen jetzt zu viel.

Das ist offensichtlich für viele ein sehr beängstigender Moment, und einige von uns kommen damit nicht gut zurecht. Sie kennen wahrscheinlich das Klischee des Mannes in der Midlife-Crisis, der sich ein Motorrad kauft und seine Frau für eine Jüngere verlässt. Anstatt sich einzugestehen, dass die Verwirrung, die er in seinem Inneren empfindet, auf die Llöcher in der Person hinweist, die er im Laufe der Zeit aufgebaut hat, versucht er, die oberflächlichen Details seines Lebens neu zu ordnen – in der Hoffnung, dass das Problem dadurch gelöst wird. Aber das tut es natürlich nicht. Man kann vor diesen Fragen nicht davonlaufen, und sie zu ignorieren ist nicht weniger als eine Garantie dafür, dass man nie bis zum Nachmittag des Lebens vorankommt.

Viele entscheiden sich für Verleugnung und begeben sich in eine Art allumfassender Zurückweisung der aufgetauchten Fragen, und wenn diese Position zu lange beibehalten wird, kann sie in späteren Jahren in Bitterkeit umschlagen. Manche scheuen Veränderungen so sehr, dass sie sich einfach in die Kiste zurückziehen, die sie gebaut haben, sie verstärken und sich für immer darin einschließen. Die mangelnde Bereitschaft, das, was nicht funktioniert, fallen zu lassen, und der fehlende Mut, etwas Neues aufzubauen, lassen uns im Morgen feststecken. Wenn wir jedoch damit beginnen, in dem, was wir aufgebaut haben, das »Gute« vom »Bequemen« zu trennen, dann können wir den Mittag als unser Stichwort nehmen, um in den Nachmittag des Lebens zu gehen.

Wie sieht also der Mittag unserer kreativen Reise aus?

Nun, es kann auf ähnliche Weise zu einer Krise kommen, wenn wir erkennen, dass all die Energie, die wir in das Erlernen von Techniken, das Kopfzerbrechen über Ausrüstung und die Definition eines Stils gesteckt haben, nicht zu den gewünschten Ergebnissen geführt hat. Vielleicht haben wir uns jahrelang

bemüht, aber unsere Arbeit ist immer noch nicht so »populär« oder so »erfolgreich« oder so »bedeutungsvoll«, wie wir gehofft hatten, was immer das für uns persönlich bedeutet. Plötzlich stellen wir fest, dass der Weg schwieriger ist, als wir dachten, und länger, als wir erwartet haben.

Unsere kreative Mittagskrise kann etwas ganz Bestimmtes sein. Ich hatte Fotografenfreunde, deren Krise eintrat, als ihre gesamte Kameraausrüstung gestohlen wurde, oder sie ihren Job verloren, oder sie eine Krankheit oder einen Unfall hatten und nicht mehr so fotografieren konnten wie früher. Sie mussten sich anpassen und neu bewerten, was in ihrer Arbeit wirklich wichtig war, um voranzukommen.

Sie wissen inzwischen, dass ich, als ich an jenem Heiligabend aus dem Fenster starrte, auf meinem eigenen kreativen Weg meine Mittagskrise erlebte (siehe voriges Kapitel). Ich hatte mir diese ganze Mühe gemacht, mir ausgefallene Fototricks und -techniken beizubringen, und ich hatte eine Menge Geld in den Kauf von Ausrüstung gesteckt. Aber das befriedigte mich nicht, und meine Arbeit fühlte sich immer noch leer an.

Ich musste mir viele unbequeme Wahrheiten eingestehen. Ich beschloss zum Beispiel, dass mir der Stil, den ich mir zugelegt hatte, nicht wirklich gefiel. Er war zu kompliziert und umständlich und aus dem Wunsch heraus entstanden, zu beeindrucken – anstatt einen Stil zu entwickeln, der sich für mich authentisch anfühlte. Ich war ein handwerklich versierter Fotograf mit guten Kameras, der sich einen Look zugelegt hatte, der ihm nicht wirklich gefiel, um Bilder zu machen, an die er nicht wirklich glaubte. Wie war ich nach Jahren harter Arbeit nur an diesem Punkt gelandet? Meine Trickkiste, meine Ausrüstung und meine Vorstellungen davon, wie das Ganze funktionieren sollte, ließen mich im Stich. An diesem Punkt hätte ich aufgeben können. Ich war versucht zu glauben, dass die-

ser Weg ein Fehler war. Wie bei einer Midlife-Crisis spielte ich mit dem Gedanken, einfach mehr Ausrüstung zu kaufen, um das zu kompensieren, oder mich hinter Verleugnung zu verschansen. Ich spürte, wie ich mit einer selbstgerechten Verbitterung gegenüber der Welt kokettierte, weil sie mir nicht gab, was ich wollte.

Zum Glück hatte ich von dieser »Zwei-Lebeshälften«-Dynamik gehört und suchte stattdessen nach einer Möglichkeit, mich auf den Nachmittag meiner kreativen Reise vorzubereiten.

Ich begann mich zu fragen, was mir wirklich wichtig war. Wollte ich wirklich ein berühmter Fotograf werden? War das das Ziel? Als ich ganz ehrlich war, wurde mir klar, dass mir der Ruhm egal war – tatsächlich gefiel mir die Vorstellung nicht einmal, wenn ich sie in meinem Kopf durchspielte. Am Morgen meiner Reise war ich einfach davon ausgegangen, dass Ruhm ein gutes Ziel sei und ich es anstreben würde, aber jetzt war es an der Zeit, innezuhalten und diese Annahmen zu analysieren. Mir wurde schnell klar, dass ich viel lieber etwas Bedeutsames tun wollte. Ich wollte, dass die Dinge, die ich schuf, das Leben anderer mit Bedeutung anreichern würden und etwas Ordnung in das Chaos brachten – ganz gleich, ob eine Million oder zehn Menschen meine Arbeit sehen würden. Diese Zahl konnte ich nicht kontrollieren, aber ich konnte mich auf den langen Weg machen, um mein Tun mit Bedeutung anzureichern. Meine Prioritäten hatten sich völlig verschoben, und ich hatte nun ein neues Ziel.

Jung sagte bekanntlich: »Wir können den Nachmittag des Lebens nicht nach demselben Programm leben wie den Morgen, denn was am Morgen viel ist, wird am Abend wenig sein, und was am Morgen wahr ist, wird am Abend unwahr sein.«

Es war an der Zeit, die Prioritäten des Morgens loszulassen und in den Nachmittag zu treten.



Aber wie sieht nun der »Nachmittag« aus?

Nun, Jung fasste es folgendermaßen zusammen: »Die erste Hälfte des Lebens ist der Bildung eines gesunden Ichs gewidmet, die zweite Hälfte ist nach innen zu gehen und es loszulassen.« Er schlug auch vor, dass wir am Nachmittag beginnen, uns mehr auf die Dinge zu konzentrieren, die wichtig sind, wie die Menschen in unserem Leben und den Zustand der Welt im Allgemeinen. Unsere Spiritualität weitet sich aus und wird umfassender und weniger starr. Wir interessieren uns weniger für polarisierende Politik und haben einen flexibleren Blick auf die Zukunft. Wir sind offener und weniger darauf bedacht, saubere oder einfache Antworten auf das Leben zu finden. Wir beginnen, unseren Kontrollzwang loszulassen und zu akzeptieren, wo unser Einfluss beginnt und wo er endet. Wir fangen an, uns mit Ungewissheit und Paradoxien anzufreunden.

Wir vereinfachen auch unser Leben, indem wir all die tollen Dinge abschaffen, die wir im Versuch angesammelt haben, eine bestimmte Person in die Welt zu projizieren. Dies geschieht sicherlich innerlich, aber oft auch physisch mit unseren realen Besitztümern. Wenn wir beginnen, uns auf das zu konzentrieren, was uns wichtig ist, und einige unserer Statussymbole loszulassen, verkleinern wir unser Leben – um nun bewusster in das zu investieren, was wir als gut erkannt haben.

Wie Richard Rohr sagt: »In der zweiten Hälfte entdecken wir, dass es nicht mehr ausreicht, einen Sinn darin zu finden, erfolgreich zu sein. Wir brauchen eine tiefere Quelle der Bestimmung«.

Jung nannte diesen Prozess »Individuation«, was bedeutet, »das Selbst von falschen Hüllen zu befreien« – vermutlich die, die wir morgens anlegen, um von anderen bewundert zu werden. Die Menschen missverstehen diesen Ausdruck oft, weil er offensichtlich auf das Wort »individuell« zurückgeht, und nehmen an, dass »Individuation« bedeutet, dass wir unser »Selbst jenseits der anderen« erreicht haben, aber in Wirklichkeit ist oft das Gegenteil der Fall. Diejenigen, die es bis zum Nachmittag des Lebens schaffen – und denken Sie daran, nicht alle schaffen es – sind die »Weisen« und die »Dorfältesten« in unseren Gesellschaften. Sie sind diejenigen, die dieses ruhige und gelassene Temperament kultiviert haben, weil sie ihr Bedürfnis, zu beeindrucken, schon vor langer Zeit losgelassen haben. Jetzt sind sie in der Lage, auf tiefgreifende Weise für andere da zu sein, weil ihr primärer Antrieb nicht mehr auf ihren eigenen Erfolg beschränkt ist, sondern sich auf das Wohl aller ausgeweitet hat. Dies sind meist die Menschen, die die Welt für uns andere mit mehr Bedeutung anreichern.

Wie sieht das aber mit Blick auf unsere kreative Reise aus?

Nun, am Nachmittag legen wir ganz ähnlich unser Bedürfnis, zu beeindrucken, ab und klappen unsere Trickkiste zu, um herauszufinden, worauf es bei unserer Arbeit wirklich ankommt. Wir hören auf, uns den Kopf über unsere vermeintliche Popularität zu zerbrechen, und öffnen uns für die Vorstellung, dass unsere Arbeit für jemand anderen wirklich etwas verändern könnte. Wir haben inzwischen verstanden, dass es keine Abkürzungen zur Erreichung unserer Ziele gibt und dass wir vielleicht sogar von vornherein die falschen Ziele ins Auge gefasst hatten. Jetzt können wir auch ehrlich über den Sinn nachdenken, den wir in unser Schaffen einbauen wollen, damit wir unsere Bemühungen neu ausrichten und den längeren Weg zu einem besseren Ziel einschlagen können.

Für meine Fotografie bedeutete das »Vereinfachung«. Als ich jenen Krisenpunkt zur Mittagszeit erreichte, war eine meiner ersten Handlungen, mich von all der überflüssigen Kameraausrüstung zu trennen, die ich angesammelt hatte. Ich verkaufte oder verschenkte all meine kleinen Trickobjektive und ausgefallenen Filter, tauschte drei Rucksäcke mit Kameraausrüstung ein und reduzierte mich auf eine Grundausrüstung, die in eine Tasche passte. Ich hörte auf, mich zu sehr auf die technischen Tricks zu stützen – die ohnehin nie zu mir gepasst hatten. Ich hatte sie nur angewandt, um andere zu beeindrucken, und es war an der Zeit, das Spielzeug wegzulegen. Stattdessen kehrte ich zu einfachen Techniken zurück und drängte mich selbst dazu, aussagekräftigere Motive vor die Linse zu bekommen.

Weniger Ausrüstung.

Weniger Tricks.

Weniger Aufmerksamkeit.

Mehr Substanz.

Mehr Verbindung.

Mehr Bedeutung.



Ich sollte betonen, dass diese »zwei Hälften« niemals linear verlaufen. Die meisten von uns werden diesen Zyklus in ihrem Leben viele Male wiederholen, in vielen Zusammenhängen. Ich weiß, dass ich, als ich den Nachmittag meiner Reise mit der Kirche erreichte, gerade erst den Morgen meiner fotografischen Reise begann. Auch innerhalb der Fotografie befinde ich mich in verschiedenen Stadien. Meine Streetfotografie zum Beispiel ist noch nicht in den Nachmittag übergegangen, aber

ich habe gelernt, die Vormittagsphase zu genießen und sie nicht zu überstürzen. In der Porträtfotografie habe ich den Mittag erreicht und mache die ersten kleinen Schritte in den Nachmittag, um mehr Bedeutung zu finden. Jedes Mal, wenn wir mit etwas Neuem beginnen, müssen wir lernen, verlernen und wieder neu lernen, und es kann sein, dass wir uns in unseren verschiedenen kreativen Bestrebungen in sehr unterschiedlichen Phasen befinden.

Das ist gut und normal, und der Schlüssel dazu ist, keine bestimmte Phase zu überstürzen, denn es gibt in jeder Phase etwas zu lernen, und wir müssen beide Hälften voll ausleben. Wenn wir noch im Morgen sind, dann müssen wir lernen, das zu genießen und alles auszuschöpfen, was drin ist. Wenn wir den Vormittag überstürzen, kann das bedeuten, dass wir auf die Herausforderungen des Nachmittags schlecht vorbereitet sind – und darin besteht eine echte Gefahr.

Ich habe 15 Jahre lang als Fotograf gearbeitet, um all jene Techniken auszuprobieren und mir diesen übermäßig elaborierten Stil anzueignen. Erst in den letzten Jahren habe ich den Mut gefunden, die Dinge, die ich aufgebaut hatte, zu dekonstruieren und die metaphorische »Kiste« auseinanderfallen zu lassen. Ich hatte erkannt, dass die Dinge, die ich hineingelegt hatte, mir nicht dabei halfen, meine Arbeit mit Bedeutung anzureichern. Jetzt ist die Zeit gekommen, diese Kiste neu zusammenzubauen – aber während ich die Teile langsam zusammensetze, erkenne ich, dass nichts von dem, was vorher war, umsonst war. Ich werde alles, was ich am »Morgen« gelernt habe, sowie die Erfahrung des »Mittags« mit in den »Nachmittag« nehmen, wo es die Dinge, die ich erschaffe, nur bereichern kann.

Ich sollte ergänzen, dass das Erreichen des Nachmittags unserer Reise uns nicht besser macht als irgendjemand anderes. Unser Ego wird versuchen, uns davon zu überzeugen, dass dies uns »anders als andere und ihnen überlegen« macht, aber das stimmt nicht. Jeder ist auf der Stufe seiner Reise, auf der er sein sollte, und es ist möglich, auf jeder Entwicklungsstufe Werke von großer Tiefe und Schönheit zu schaffen.



Alles, was sich lohnt, braucht Zeit. Wie könnte es auch anders sein? Ich kann mir vorstellen, dass Sie dieses Buch in die Hand genommen haben, weil Sie schon seit einiger Zeit Dinge schaffen, aber nun mehr von Ihrem Schaffen wollen. Das hier ist offensichtlich kein Buch mit »schnellen Tipps«, sodass es vermutlich diejenigen unter Ihnen angezogen hat, die sich ihrem Mittag nähern oder darüber hinausgehen und nach Bedeutung suchen. Der Aufbau der benötigten Fähigkeiten, um in der von Ihnen gewählten Kunstform kompetent zu werden, hat am Vormittag sicher viel Zeit in Anspruch genommen. Aber die Arbeit am Nachmittag geht tiefer, wenn Sie beginnen, sich zu fragen, worauf Sie diese Fähigkeiten ausrichten wollen.

Denjenigen unter Ihnen, die den Krisenpunkt am Mittag erreicht haben, wünsche ich, dass Sie jetzt einen Weg nach vorn sehen und nicht aufgeben. Ich kenne so viele Künstler, die mittags das Handtuch werfen. Denn wenn man so lange damit verbracht hat, sein Können zu verbessern, und die Arbeit sich immer noch leer und unzureichend anfühlt, ist es normal, sich zu fragen: »Wozu das Ganze?« Für viele von uns kann der nächste Schritt schmerzhaft sein, wenn wir unser Vertrauen in die Dinge, die wir aufgebaut haben, bröckeln lassen – und das, was danach kommt, wird Zeit brauchen, um sich zu entwi-

ckeln. Aber wenn wir dranbleiben und uns erlauben, uns nach innen zu wenden und die schwierigen Fragen zu stellen, können wir vielleicht den Nachmittag unserer Reise antreten. Was sich wie eine Sackgasse anfühlt, ist oft ein neuer Anfang, ein Tor zu etwas Tiefgründigerem, wenn wir nur den Mut aufbringen können, die Trickkiste zuzuklappen und stattdessen nach Bedeutung zu suchen.

Es ist kein sauberer Prozess. Es ist nicht so, dass meine Arbeit vor fünf Jahren, als ich an jenem Heiligabend aus dem Bürofenster starrte, überhaupt keine Bedeutung hatte, und heute ist meine Arbeit voller Bedeutung. Es wurde kein Schalter umgelegt. Stattdessen war es ein allmählicher Aufbau, der viel Zeit und Mühe erfordert, um ihn aufrechtzuerhalten. Doch trotz der Stopps und Starts, der Fortschritte und Rückschritte kann ich spüren, dass ich mich insgesamt in die richtige Richtung bewege, und ich habe gelernt, den Druck abzubauen und freundlicher zu mir zu sein.

Ihr Schaffen mit immer mehr Bedeutung anzureichern wird länger dauern, als Sie denken. Es gibt keine schnellen Erfolge. Man muss sich regelmäßig diesen erholsamen Freiraum im Geiste verschaffen. Wir müssen uns selbst offen im Spiegel betrachten, uns besser kennen lernen und uns unsere Geschichten zu eigen machen. Wir müssen herausfinden, was uns in dieser Welt wirklich am Herzen liegt, und wie wir mit unseren neu entdeckten kreativen Talenten über diese Dinge sprechen können. Danach bleibt uns nur noch, den fernen Horizont ins Visier zu nehmen und den ersten von vielen Schritten zu tun.



Je älter ich werde, desto mehr stelle ich fest, dass sich mein Blickwinkel langsam auf das Langfristige verschiebt. Dinge wie unmittelbarer Erfolg oder Anerkennung für die Dinge, die

ich geschaffen habe, sind mir jetzt weniger wichtig als mein Vermächtnis. Ich stelle mir Fragen darüber, was ich hinterlassen werde, wenn ich nicht mehr bin, und ob diese Fotografien, Filme oder Bücher das existenzielle Chaos eines anderen Menschen ein wenig lindern können. Ob das heute oder lange nach meinem Tod geschieht, ist nicht mehr so entscheidend.

Vor kurzem habe ich mit meinem Großvater an einem Film gearbeitet, der mich diese Lektion lehrte. Wir saßen auf seinem Sofa, während er mir die Fotos zeigte, die er während seiner zweijährigen Dienstzeit bei der Royal Navy von 1945 bis 1947 gemacht hatte. Nach dem Zweiten Weltkrieg hatte er in Hongkong eine Dose Player's-Zigaretten gegen eine Brownie-Schachtelkamera eingetauscht, mit der er dann auf seiner Reise von Japan nach Sri Lanka, Malaysia, China, Australien bis ins Mittelmeer fotografierte.

Er ist jetzt 93 Jahre alt und fotografiert seit diesen frühen Tagen ununterbrochen. Er würde sich selbst nie als Profi bezeichnen, aber seine Liebe zu dieser Kunstform ist nicht weniger leidenschaftlich, auch wenn er »nur« ein Hobbyfotograf ist. Er hat vielleicht nicht versucht, ein bewusstes »Werk« zu schaffen, oder sich selbst als »Künstler« gesehen, aber er war und ist immer ein »Schöpfer von Dingen« gewesen.

Rückblickend konnte er nicht vorhersehen, wie wichtig diese Bilder für mich oder für die Geschichte sein würden, als er sie aufnahm. Er erzählt mir, dass er damals nur Fotos für seine eigenen Erinnerungen machte und um seiner Familie zu Hause zu zeigen, wo dieser Junge aus Birmingham gewesen war und was er am anderen Ende der Welt gesehen hatte. Aber jetzt, im Laufe der Zeit, haben diese Bilder so viel mehr Bedeutung, als er es sich hätte vorstellen können.

Einige der Geschichten, die sie erzählen, sind schrecklich, wie die Bilder von japanischen Kriegsgefangenen oder von Menschen, die in den Ruinen von Nagasaki versuchen, ihr Leben wieder aufzubauen. Sie beschreiben das Chaos, aber sie sprechen auch von dem unerbittlichen menschlichen Wunsch, Ordnung zu schaffen, selbst nach einem der chaotischsten Kapitel des 20. Jahrhunderts.

Einige Geschichten erzählen von unserer unglaublichen Entwicklung als Spezies, darunter Fotos von Hongkong, wo die höchsten Gebäude nur sechs Stockwerke hoch waren, im kras- sen Vergleich zum heutigen gigantischen Wald von Wolken- kratzern. Sie bringen mich dazu, mich zu fragen, wie schnell wir uns fortbewegen und was wir auf unserem Weg gewinnen und verlieren könnten.

Einige dieser Fotos erzählen wunderschöne Geschichten über die sehr reale Freundschaft und Zuneigung zwischen jungen Männern an Bord einer Fregatte der Royal Navy, die zum ers- ten Mal gemeinsam die Welt sehen und ihre Lieben zu Hause vermissen.

Als ich diesen kleinen Film von meinem Großvater veröffent- lichte, der mir seine alten Fotoalben zeigte, füllte sich mein Posteingang plötzlich mit E-Mails von Menschen, die mir von den Erlebnissen ihrer eigenen Großeltern erzählten und mir ihre Fotos aus dem Krieg zeigten. Stellen Sie sich das vor: Mein Großvater hat Fotos gemacht, Jahrzehnte später habe ich ei- nen Film darüber gedreht, und als Reaktion darauf haben sich Menschen gemeldet, um die Bilder ihrer Großeltern zu teilen, in einem Geflecht von wiederverbundener Bedeutung. Geschich- ten über Geschichten, und das alles nur, weil mein 17-jähriger Großvater vor über 75 Jahren weit weg von zu Hause aus ei- ner Laune heraus beschloss, eine Kamera in die Hand zu neh-

men und Bilder von der Welt, die er sah, zu machen. Dieser kleine, aber beharrliche Akt des Fotografierens brachte ihm keinen unmittelbaren »Erfolg« oder »Ruhm« ein, aber die von ihm geschaffenen Werke strahlen Bedeutung und eine vielfältige Geschichte aus. Seine Bilder sind magische Artefakte, die wie Portale zu einer Ära und einem Ort wirken, die vom Nebel der Zeit umhüllt sind.

Ich habe gelernt, dass die Dinge, die wir herstellen, mit zunehmendem Alter an Bedeutung gewinnen, nicht nur für andere, sondern auch für uns selbst. Am Ende des Films sagt mein Großvater:

*Es ist wunderbar, ab und zu meine Alben herauszuholen und in die Geschichte zurückzublicken. Sie rufen sehr glückliche Erinnerungen wach, angefangen mit der Besatzung des Schiffes. Das waren tolle Kumpels. Es gab eine Gruppe von uns, alles Radarlotsen, die alle so dachten wie ich: »Das wirst du nie wieder sehen.« Also habe ich fotografiert, was ich fotografieren konnte. Das ist großartig. Es ist auch etwas, das man weitergeben kann. Ich meine, einige meiner Alben beginnen mit Fotos meiner Urgroßeltern, und hier sitze ich nun mit 93 Jahren im 21. Jahrhundert und schaue sie mir an. Sie sind wundervoll, und ich habe dem lieben Gott ganz klar gesagt: »Wenn ich meine Alben nicht mitnehmen kann, gehe ich nicht!«*

Wenn Sie kreativ und frustriert sind, dass Ihre Arbeit nicht so gewürdigt wird, wie Sie es sich heute wünschen, dann heben Sie Ihren Blick. Betrachten Sie die Dinge unter einer längerfristigen Perspektive. Man kann nicht vorhersagen, was die Dinge, die man erschafft, später einmal für jemanden bedeuten

werden. Aber ich wage die Vermutung, dass, wenn man sich treu bleibt und seine kreative Stimme entdeckt, diese Dinge eines Tages für jemanden unglaublich wertvoll sein werden – genau wie die Fotoalben meines Großvaters für mich.



# *Segen*

Hätten Sie vor Jahren in einer Kirche gesessen und einem meiner Vorträge gelauscht, hätten Sie mich ihn mit einer »Benediktion«, einem Segenswunsch, beenden hören.

Im lateinischen Original bedeutet »bene« einfach »gut«, und »diction« kommt vom lateinischen »dicere«, was »sagen« bedeutet. Wenn man es also richtig macht, ist ein »Segen« nicht nur ein leeres Ritual, sondern vielmehr wünscht der Sprecher den Zuhörern alles Gute, nachdem man einige Zeit gemeinsam über wichtige Dinge gesprochen hat.

In einigen älteren Traditionen nimmt ein Segen die Form einer Reihe von »Mögen Sie«-Aussagen an, um die Botschaft persönlich zu machen. Zum Abschluss unserer gemeinsamen Zeit werde ich also diese einfache, uralte Formel verwenden, um Sie mit einigen »guten Worten«, einigen »guten Wünschen« und, wenn Sie mir gestatten, vielleicht sogar mit einem »Segen« auf den Weg zu schicken.

Also, meine kreative Kollegin oder mein kreativer Kollege:

Mögen Sie sich den Milliarden kreativer menschlicher Stimmen in unserer Geschichte anschließen und versuchen, Ordnung in das Chaos zu bringen – in dem kleinen Rahmen, der Ihnen möglich ist.

Mögen Sie Wege finden, die Wahrheit zu sagen und Ihre Arbeit mit Logos zu füllen.

Mögen Sie es sich zur Gewohnheit machen, tief und kreativ ein-zuatmen, indem Sie sich im Geiste einen Raum der Erholung schaffen, um die leisen Stimmen der Musen zu hören.

Mögen Sie die Herausforderung annehmen, eine Autodidaktin oder ein Autodidakt zu werden und einen Lehrplan kreativer Stimmen für sich zusammenzustellen, der Ihre Vorstellungskraft beflügelt.

Mögen Sie sich weiterhin furchtlos mit sich selbst und Ihrer Reise auseinandersetzen und so viel von Ihrer Geschichte in Ihre Arbeit einfließen lassen, wie Sie bereit sind, damit Ihre einzigartige kreative Stimme zum Tragen kommt.

Mögen Sie lernen, gut mit Ihrem Ego zu tanzen und es zu nutzen, damit Sie mit Selbstvertrauen und Beharrlichkeit das schaffen, woran Sie glauben.

Mögen Sie lernen, Ihr Bedürfnis nach Kontrolle darüber, wie Ihre Arbeit aufgenommen wird, loszulassen, um sich stattdessen einfach darauf zu konzentrieren, die bestmögliche Arbeit zu leisten.

Mögen Sie den Mut finden, das, was Sie schaffen, in die Welt zu entlassen, wo es die Chance hat, anderen Trost und Freude zu bringen.

Mögen Sie die Kraft finden, sich Ihrer eigenen Bedürftigkeit und Ihrem Drang nach Anerkennung zu stellen, sodass Ihre Motivation, etwas zu schaffen, nie von der Anerkennung abhängt, die Sie erhalten.

Mögen Sie lernen, das Schreckgespenst des kreativen Neids zu erkennen, wenn es sein hässliches Haupt erhebt, und mögen Sie sich üben, großzügig Komplimente zu verteilen und sich von der eingebildeten Konkurrenz zu befreien.

Mögen Sie lernen, den allgemeinen Lärm der Reaktionen auf Ihre Arbeit auszublenden, um stattdessen nach Feedback von informierten und fürsorglichen Kommentatoren zu suchen.

Mögen Sie die Bescheidenheit haben, Komplimente mit Wohlwollen anzunehmen, und die Demut, selbst aus der schärfsten Kritik zu lernen, wenn sie aus vertrauenswürdigen Quellen kommt.

Mögen Sie in Beziehungen investieren und Künstler finden, von denen Sie lernen können und mit denen Sie den Weg gemeinsam gehen können – während Sie sich gegenseitig anspornen, die beste Version Ihrer selbst zu werden.

Mögen Sie einen Mentor finden, den Sie respektieren und der Ihnen ein Wegweiser sein kann, und mögen Sie nie vergessen, sich umzudrehen und anderen dasselbe anzubieten.

Mögen Sie Ihren Gefühlen vertrauen und daran glauben, dass sie Sie zu neuen Wegen des Ausdrucks führen werden, und mögen Sie ein Gleichgewicht mit Ihrem rationalen Verstand finden, sodass Ihr Schaffen von Stabilität und Beständigkeit geprägt ist.

Mögen Sie »die Schatten umarmen« – sowohl Ihre eigenen, als auch die, durch die Sie hindurchgehen – und sie in das einbeziehen, was Sie schaffen, um uns anderen eine reichere, nuanciertere Sicht auf das Leben zu vermitteln.

Mögen Sie »Ihre Highlights schützen« und daran denken, Ihr Wachstum als Künstler zu feiern und sich selbst als grundsätzlich gut zu akzeptieren.

Mögen Ihre Arbeiten uns letztlich zum Licht führen.

Mögen Sie Ihre »tiefe Freude« entdecken, indem Sie auf die kreativen Tätigkeiten und Themen achten, die Sie ansprechen, und sie als Kompass für Ihre weitere Reise nutzen.

Mögen Sie Wege finden, Ihre »tiefe Freude« auf den »tiefen Hunger der Welt« zu richten, um mit den Dingen, die Sie erschaffen, zerbrochene Verbindungen wiederherzustellen.

Mögen Sie lernen, geduldig mit sich selbst zu sein und Ihren Blick auf den langen Weg zu richten, der vor Ihnen liegt, und mögen Sie verstehen, dass der Aufbau von allem, was sich lohnt, Zeit braucht.

Mögen Sie immer mehr Sinn in Ihrer Kreativität finden.

